

THAI GIÁO VÀ THỰC TRẠNG ỨNG DỤNG THAI GIÁO Ở HÀ NỘI HIỆN NAY

Phạm Thị Giang - SV khoa GDS và TH
Trường Đại học Giáo dục, Đại học Quốc gia Hà Nội
TS. Nguyễn Đức Khuông
GV Trường Đại học Giáo dục, Đại học Quốc gia Hà Nội

Tóm tắt: Thai giáo, bắt nguồn từ phương Đông cổ đại và phát triển mạnh ở Trung Quốc, Nhật Bản, được hiểu là “dạy con từ trong bụng mẹ”. Ở Việt Nam, tư tưởng này đã hiện diện trong nhiều câu tục ngữ dân gian. Theo PGS.TS Nguyễn Thu Nhân, thai giáo là khoa học giáo dục trẻ từ giai đoạn bào thai. Thomas Verny chỉ ra thai nhi có thể cảm nhận, ghi nhớ thông tin từ âm thanh và cảm xúc của mẹ. Các nghiên cứu của Zubaran, Lazzarotto và Gava cũng chứng minh giáo dục trước sinh giúp giảm lo âu, nâng cao chất lượng sống của thai phụ. Khảo sát 60 thai phụ, 30 người nhà và 12 cán bộ y tế tại Hà Nội cho thấy thai giáo thường được thực hiện qua âm nhạc, trò chuyện, hình ảnh trực quan nhưng còn hạn chế bởi thiếu hướng dẫn, quá tải thông tin, ít sự tham gia hỗ trợ từ người thân. Bài viết đề xuất xây dựng hệ sinh thái hỗ trợ thai giáo với nền tảng thông tin đáng tin cậy, lớp đào tạo, công cụ đơn giản và cộng đồng chia sẻ kinh nghiệm.

Từ khóa: Thai giáo, giáo dục thai nhi, sức khỏe bà bầu, tâm lý thai kỳ, phương pháp thai giáo, thực trạng tại Hà Nội.

PRENATAL EDUCATION AND ITS CURRENT APPLICATION IN HANOI

Pham Thi Giang: Student, Faculty of Primary and Early Childhood Education
University of Education, Vietnam National University, Hanoi
Dr. Nguyen Duc Khuong
Lecturer, University of Education, Vietnam National University, Hanoi

Abstract: Prenatal education, originating from ancient Eastern traditions and strongly developed in China and Japan, is understood as “teaching the child from inside the mother’s womb.” In Vietnam, this idea has long been reflected in various folk proverbs. According to Associate Professor Dr. Nguyễn Thu Nhân, prenatal education is a science of educating children during the fetal stage. Thomas Verny emphasized that the fetus can perceive and retain information from external stimuli, especially sounds and the mother’s emotions. Studies by Zubaran, Lazzarotto, and Gava also confirmed that prenatal education programs reduce anxiety and improve the quality of life for pregnant women. A survey of 60 pregnant women, 30 family members, and 12 healthcare workers in Hanoi revealed that prenatal education is often practiced through music, conversation, and visual aids. However, limitations remain due to a lack of guidance, information overload, and minimal involvement from family members. The article proposes building a supportive prenatal education ecosystem, including reliable information platforms (fan pages, websites, apps), training programs, easy-to-use tools, and experience-sharing communities.

Keywords: Prenatal education, fetal education, maternal health, pregnancy psychology, prenatal methods, current situation in Hanoi.

Nhận bài: 15/07/2025

Phản biện: 15/08/2025

Duyệt đăng: 20/08/2025

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Thai giáo là một phương pháp giáo dục sớm nhằm kích thích sự phát triển toàn diện của thai nhi về trí tuệ, cảm xúc và thể chất ngay từ trong bụng mẹ. Nhiều nghiên cứu trên thế giới đã chứng minh thai nhi có khả năng cảm nhận và phản ứng với âm thanh, giọng nói và cảm xúc của người mẹ, từ đó ảnh hưởng tích cực đến sự phát triển sau này của trẻ.

Tại Việt Nam, đặc biệt ở các thành phố lớn như Hà Nội, thai giáo đang ngày càng được các bậc cha mẹ quan tâm và áp dụng. Tuy nhiên, thực tế cho thấy phương pháp này vẫn chưa được triển khai một cách thống nhất. Tài liệu hướng dẫn còn hạn chế, cách tiếp cận giữa các nhóm đối tượng chưa đồng đều, và nhiều phụ huynh vẫn chưa hiểu rõ về bản chất khoa học của thai giáo.

Xuất phát từ thực tiễn đó, bài viết được thực hiện nhằm làm rõ cơ sở lý luận về thai giáo, phân tích thực trạng ứng dụng tại Hà Nội hiện nay, từ đó đề xuất một số định hướng nhằm nâng cao hiệu quả và khả năng tiếp cận của thai giáo trong tương lai.

II. NỘI DUNG NGHIÊN CỨU

2.1. Cơ sở lý luận

2.1.1. Khái niệm thai giáo

Thai giáo là một khái niệm đã xuất hiện từ thời cổ đại, đặc biệt phát triển tại các quốc gia phương Đông như Trung Quốc và Nhật Bản. Theo PGS. TS Nguyễn Thu Nhân (2023), “thai giáo là một khoa học nhằm để dạy dỗ cho đứa trẻ khi còn là một bào thai nhi.” Thai giáo không chỉ tập trung vào các tác động cảm xúc, tinh thần mà còn bao gồm dinh dưỡng, vận động và môi trường sống của người mẹ nhằm tạo điều kiện tốt nhất cho sự phát triển toàn diện của thai nhi. Thực chất, đây là quá trình giáo dục sớm với các biện pháp tổng hợp, được thực hiện từ khi người mẹ mang thai cho đến khi trẻ chào đời, góp phần hình thành nền tảng thể chất, trí tuệ và nhân cách của trẻ từ những giai đoạn đầu đời.

2.1.2. Tổng quan tài tình hình nghiên cứu về thai giáo trên thế giới và Việt Nam

2.1.2.1. Nghiên cứu về thai giáo ở một số nước trên thế giới

Tại Trung Quốc, các tư tưởng về thai giáo được hình thành từ rất sớm, thể hiện trong các tác phẩm y học cổ như Thiên kim yếu phương của Tôn Tư Mạc hay Liệt nữ truyện, nhấn mạnh mối liên hệ giữa tâm lý, hành vi của người mẹ và sự phát triển của thai nhi. Trong những năm gần đây, các học giả Trung Quốc đã kết hợp nền tảng tri thức truyền thống với phương pháp thai giáo hiện đại từ Mỹ và Nhật Bản, nhằm nâng cao chất lượng chăm sóc tiền sản.

Tại Hoa Kỳ, Tiến sĩ Thomas R. Verny (1981) là một trong những người tiên phong đề xuất rằng thai nhi có khả năng cảm nhận và ghi nhớ thông tin từ môi trường bên ngoài, đặc biệt là thông qua âm thanh và cảm xúc từ mẹ. Cùng với đó, Rene Van de Carr đã hệ thống hóa các nội dung thai giáo từ năm 1977, đưa vào chương trình đào tạo chính thức về ngôn ngữ, âm nhạc và vận động cho thai nhi tại “Đại học Thai giáo”.

Nhật Bản là quốc gia chú trọng phát triển tiềm năng não bộ thai nhi, đặc biệt là não phải – trung tâm tư duy hình ảnh và sáng tạo. Nhà nghiên cứu Junichi Abe cho rằng thai nhi sở hữu tiềm năng thiên tài nếu được kích thích đúng cách trong giai đoạn bào thai. Các nghiên cứu tại Anh và Pháp cũng ghi nhận khả năng ghi nhớ âm thanh của thai nhi; nhiều trẻ sơ sinh phản ứng với các bản nhạc quen thuộc từng được nghe trong thai kỳ.

Có thể thấy, tại nhiều quốc gia phát triển, thai giáo đã được tiếp cận một cách có hệ thống, khoa học và tích hợp đa phương pháp – từ giáo dục cảm xúc đến kích thích giác quan, vận động và ngôn ngữ. Từ nền tảng đó, việc nghiên cứu và ứng dụng thai giáo tại Việt Nam cũng bắt đầu có những bước chuyển biến nhất định.

2.1.2.2. Nghiên cứu về thai giáo ở Việt Nam

Tại Việt Nam, khái niệm thai giáo ngày càng được cộng đồng quan tâm, lan tỏa qua truyền thông, sách dịch và các khóa học tiền sản ở đô thị lớn. Tuy nhiên, trong lĩnh vực học thuật, đây vẫn là một chủ đề mới, chưa có nhiều nghiên cứu chuyên sâu độc lập, chưa được hệ thống hóa rõ ràng về lý luận, phương pháp và ứng dụng. Phần lớn tài liệu liên quan đến thai giáo hiện nay chỉ xuất hiện như thành tố phụ trong các nghiên cứu về giáo dục sớm, tâm lý thai kỳ, sức khỏe tinh thần bà mẹ hoặc chăm sóc trước sinh. Một số đề tài, luận văn đã đề cập mối liên hệ giữa cảm xúc, hành vi của mẹ với sự phát triển thai nhi; các yếu tố như giao tiếp, âm nhạc, kể chuyện, môi trường tích cực được coi là nền tảng thai giáo nhưng mới dừng ở mức quan sát, khảo sát nhỏ lẻ.

Đáng chú ý, kiến thức về thai giáo ở Việt Nam chủ yếu du nhập từ Nhật Bản, Trung Quốc, Hàn Quốc, Mỹ. Việc kế thừa tri thức quốc tế mang lại nhiều giá trị nhưng cũng nảy sinh thách thức trong quá trình nội địa hóa, khi phương pháp, triết lý thai giáo chưa phù hợp với đặc điểm văn hóa – xã hội – kinh tế trong nước. Điều này dẫn đến hiện tượng một số cách tiếp cận mang tính cảm tính, mê tín hoặc bị thương mại hóa. Ngoài học thuật, một số cơ sở y tế, trung tâm tiền sản, nhóm cha mẹ trên mạng xã hội đã bước đầu áp dụng thai giáo vào tư vấn và thực hành, song hoạt động còn tự phát, thiếu chuẩn mực về nội dung, phương pháp và đánh giá hiệu quả.

Thực trạng trên cho thấy, dù tiềm năng phát triển của thai giáo tại Việt Nam rất lớn, nhưng cần một chiến lược dài hạn để xây dựng cơ sở lý luận, triển khai mô hình thực nghiệm phù hợp và hình thành khung can thiệp chuẩn hóa. Nghiên cứu tương lai đòi hỏi sự phối hợp liên ngành giữa y học, giáo dục, tâm lý và xã hội học nhằm đảm bảo tính toàn diện, khả thi và hiệu quả.

2.2. Lợi ích của thai giáo

2.2.1. Thai giáo giúp thai nhi phát triển toàn diện từ sớm

Thai nhi không phải là thực thể thụ động mà có khả năng tiếp nhận, ghi nhớ kích thích từ môi trường, đặc biệt trong tam cá nguyệt thứ ba. DeCasper & Spence (1986) chứng minh trẻ sơ sinh nhận ra đoạn văn mẹ từng đọc trong thai kỳ, phản ứng mút vú nhanh hơn khi nghe lại. Kết quả này khẳng định thai nhi đã học từ trước khi chào đời. Tương tự, Kisilevsky et al. (2004) phát hiện thai nhi 33 tuần phản ứng nhịp tim, chuyển động rõ rệt khi nghe “Brahms’ Lullaby” quen thuộc, cho thấy sự hình thành chú ý có điều kiện. Như vậy, thai giáo thông qua âm nhạc, giọng nói, cảm xúc mẹ có vai trò quan trọng cho phát triển thính giác, tư duy và thần kinh sớm.

2.2.2. Thai giáo góp phần cải thiện sức khỏe tinh thần cho mẹ bầu

Thai kỳ khiến phụ nữ thay đổi mạnh về nội tiết, thể chất và tâm lý. Khi thực hành đúng, thai giáo trở thành “liệu pháp tinh thần” giúp giảm lo âu, căng thẳng, cô đơn. Các hoạt động như nghe nhạc thư giãn, thiền, trò chuyện với con, viết nhật ký thai kỳ giúp ổn định cảm xúc, tăng hormone tích cực oxytocin và serotonin, tạo cảm giác hạnh phúc, an toàn. Nghiên cứu của Zubaran, Lazzarotto & Gava khẳng định các chương trình giáo dục trước sinh cải thiện rõ rệt chất lượng cuộc sống thai phụ, cho thấy lợi ích của thai giáo vừa cho mẹ vừa cho con.

2.2.3. *Thai giáo tăng cường mối liên kết tình cảm giữa mẹ và con*

Thai giáo tạo nền tảng gắn kết mẹ – con sớm thông qua trò chuyện, vuốt ve bụng bầu, đọc truyện, gọi tên thai nhi. Yarcheski et al. (2009) phân tích 72 nghiên cứu cho thấy gắn bó mẹ – thai chịu tác động bởi lo âu, trầm cảm, hỗ trợ xã hội, lòng tự trọng. Những mẹ có gắn bó cao thường tương tác tích cực hơn sau sinh, chăm sóc cảm xúc tốt và giúp trẻ phát triển quan hệ xã hội ổn định. Điều này chứng minh thai giáo không chỉ nuôi dưỡng sự phát triển toàn diện mà còn tạo nền móng cho mối quan hệ mẹ – con bền vững.

2.3. Các phương pháp và hình thức thai giáo hiện nay ở Việt Nam

Tại Việt Nam, cùng với xu hướng chú trọng giáo dục sớm và chăm sóc thai kỳ, thai giáo ngày càng được nhiều gia đình quan tâm và thực hành như một phần trong sinh hoạt hằng ngày. Dù chưa được chuẩn hóa thành một hệ thống chính thức, các hình thức thai giáo hiện nay mang tính đa dạng, linh hoạt và cá nhân hóa cao, hướng đến việc kích thích sự phát triển toàn diện của thai nhi đồng thời tăng cường mối liên kết tình cảm mẹ – con trong suốt thai kỳ.

Các hình thức thai giáo phổ biến gồm: Thai giáo “tâm an” – mẹ nuôi dưỡng cảm xúc tích cực, tạo nền tảng cảm xúc lành mạnh cho thai nhi; thai giáo âm nhạc – cho thai nhi nghe nhạc du dương giúp phát triển thính giác, trí não; thai giáo ngôn ngữ – trò chuyện, đọc sách, kể chuyện để kích thích vùng não ngôn ngữ; thai giáo biểu tượng – dùng số, chữ cái, ký hiệu đơn giản để khởi đầu tư duy nhận thức; thai giáo ngoại ngữ – tiếp xúc với ngôn ngữ thứ hai qua nghe, nói, hát; thai giáo thẩm mỹ – hội họa – tiếp xúc nghệ thuật, màu sắc hài hòa để nuôi dưỡng cảm nhận thẩm mỹ; thai giáo ánh sáng – dùng ánh sáng nhẹ kích thích thị giác và điều hòa nhịp sinh học; thai giáo vận động – yoga, thể dục nhẹ giúp tăng cường cảm nhận vận động cho thai nhi.

2.4. Phương pháp nghiên cứu

Phương pháp nghiên cứu tài liệu

Phương pháp điều tra bảng hỏi

Phương pháp phỏng vấn

2.5. Kết quả khảo sát

Nhằm tìm hiểu thực trạng nhận thức và mức độ áp dụng thai giáo tại Hà Nội, nhóm nghiên cứu đã tiến hành khảo sát 60 thai phụ, 30 người nhà và 12 cán bộ y tế thông qua bảng hỏi và phỏng vấn bán cấu trúc. Một số nội dung khảo sát được trình bày dưới dạng bảng để minh họa mức độ phổ

biến của các công cụ và phương tiện sử dụng. Các phần còn lại được trình bày bằng mô tả văn bản nhằm phân tích sâu sắc hơn về những khó khăn và mong muốn thực tiễn của thai phụ. Việc kết hợp bảng biểu và mô tả giúp làm nổi bật cả số liệu định lượng lẫn những nội dung mang tính định tính quan trọng.

2.5.1 Kết quả khảo sát thai phụ

2.5.1.1 Nhận thức và phương tiện sử dụng trong thai giáo

Khảo sát 60 thai phụ tại Hà Nội được thực hiện nhằm tìm hiểu mức độ nhận thức, cách thực hành thai giáo, khó khăn thường gặp và nhu cầu được hỗ trợ trong quá trình thực hiện.

Kết quả khảo sát Nhận thức của thai phụ về các loại hình thai giáo các công cụ trực quan như tranh ảnh (77,4%) và video (75,8%) là những hình thức được sử dụng phổ biến nhất trong thai giáo. Điều này phản ánh xu hướng tiếp cận dễ dàng, trực tiếp và mang tính minh họa cao của các phương tiện này trong việc truyền tải nội dung thai giáo đến thai phụ. Ngược lại, các công cụ mang tính tương tác hoặc chuyên biệt hơn như thẻ chữ, trò chơi phát triển tư duy lại được ít người biết đến hoặc sử dụng, cho thấy nhận thức về các phương pháp thai giáo đa dạng vẫn còn hạn chế trong cộng đồng.

Phương tiện phổ biến được thai phụ sử dụng trong thai giáo trình bày kết quả về các phương tiện phổ biến mà thai phụ sử dụng để thực hành thai giáo. Điện thoại (96,8%) và tivi (91,9%) là hai thiết bị được sử dụng nhiều nhất. Trong khi đó, sách truyện, sách nói ít được lựa chọn, và bộ kit hoặc thẻ tự làm gần như không được biết đến, cho thấy phần lớn việc thực hành thai giáo hiện nay vẫn dựa vào các thiết bị công nghệ thay vì công cụ giáo dục chuyên biệt.

2.5.1.2 Những khó khăn và nhu cầu khi thực hành thai giáo

Khi được hỏi về những khó khăn trong quá trình thực hiện thai giáo, phần lớn thai phụ cho biết thiếu thời gian là rào cản lớn nhất (74,2%). Tiếp đến là sự mơ hồ về cách thực hiện, khi nhiều người chỉ làm theo hướng dẫn của chuyên gia một cách thụ động (43,5%) và cảm thấy bối rối do quá nhiều luồng thông tin khác nhau (40,3%). Một số trường hợp cũng gặp trở ngại về tài chính hoặc cảm thấy lo lắng khi không biết mình thực hiện đúng hay sai.

Bên cạnh đó, trong quá trình sử dụng các phương tiện hỗ trợ, mỗi mắt khi sử dụng thiết bị điện tử (93,5%) và lo ngại ảnh hưởng sóng từ (79%) là hai vấn đề phổ biến nhất. Một số ý kiến

khác đề cập đến khó khăn như thiếu hướng dẫn cụ thể hoặc giá thành công cụ cao, tuy nhiên tỷ lệ này thấp hơn.

Về nhu cầu, phần lớn thai phụ mong muốn có fanpage hoặc website uy tín để tra cứu thông tin đúng và dễ hiểu (67,7%). Đồng thời, nhu cầu về một cộng đồng chia sẻ kinh nghiệm cũng được ghi nhận (53,2%). Tuy nhiên, nhu cầu về các công cụ hỗ trợ như bộ kit hoặc tài liệu hướng dẫn có hệ thống lại rất thấp (dưới 5%), cho thấy những hình thức này chưa được truyền thông hoặc phổ biến hiệu quả.

Qua khảo sát có thể thấy rằng, trong khi kiến thức cơ bản về thai giáo đã được tiếp cận tương đối rộng rãi, thì thực hành vẫn còn nhiều trở ngại do thiếu thời gian, thiếu định hướng và sự quá tải thông tin. Mặc dù thai phụ có nhu cầu rất rõ ràng về việc được hỗ trợ và kết nối cộng đồng, nhưng các hình thức hiện có vẫn chưa đáp ứng hiệu quả. Việc phụ thuộc quá nhiều vào công nghệ cũng kéo theo nhiều hệ lụy về sức khỏe.

2.5.2. Kết quả khảo sát người nhà và cán bộ y tế

Khảo sát và phỏng vấn sâu với thành viên gia đình thai phụ (chồng, cha mẹ, anh chị em) và cán bộ y tế (bác sĩ, nữ hộ sinh, tư vấn tiền sản) nhằm tìm hiểu mức độ nhận thức, hành vi hỗ trợ và khó khăn khi đồng hành cùng thai phụ thực hành thai giáo. Kết quả cho thấy, phần lớn người thân và một số cán bộ y tế nhận diện được các hình thức thai giáo phổ biến, trong đó âm nhạc (63,3%) và ngôn ngữ (61,7%) được biết đến nhiều nhất. Tuy nhiên, vẫn có 18,3% chưa từng nghe đến khái niệm này, phản ánh sự thiếu đồng đều trong phổ biến kiến thức ngoài cộng đồng.

Các phương tiện công nghệ như điện thoại, tivi là kênh tiếp cận chủ yếu, trong khi học liệu truyền thống (sách nói, tranh vẽ) chưa được khai thác hiệu quả. Mức độ tham gia thực tế còn hạn chế: chỉ 38,3% từng cảm nhận sự phát triển của thai nhi và 36,7% thường xuyên trò chuyện với con, trong khi 28,3% chưa từng thực hiện hoạt động nào.

Khó khăn lớn nhất là thiếu thời gian (89,8%), thiếu kiến thức (55,9%) và sự tự tin. Nhân viên y tế cũng gặp trở ngại do thiếu tài liệu chuẩn hóa, quỹ thời gian hạn chế, khó lồng ghép thai giáo vào khám thai. Việc sử dụng công cụ hỗ trợ còn gây lo ngại như mỏi mắt (83,3%), ảnh hưởng sóng điện từ (66,7%), cùng tình trạng quá tải thông tin nhưng thiếu định hướng.

Người thân và cán bộ y tế mong muốn có thêm tài liệu hướng dẫn rõ ràng, các fanpage/website đáng tin cậy (67,7%), đồng thời đề xuất xây dựng nhóm hỗ trợ, chia sẻ kinh nghiệm (53,2%).

Kết quả cho thấy dù nhận thức về thai giáo đã có, song mức độ tham gia còn hạn chế, đặt ra nhu cầu cấp thiết về hệ thống hỗ trợ và đào tạo cho gia đình và cán bộ y tế, nhằm nâng cao hiệu quả thực hành thai giáo.

2.6. Đề xuất giải pháp và khuyến nghị

2.6.1. Xây dựng mô hình hệ sinh thái hỗ trợ thai giáo tại cộng đồng

2.6.1.1 Phát triển nền tảng thông tin đáng tin cậy

Thành lập fanpage/website chính thức (có thể do Trung tâm Y tế quận/huyện vận hành) cung cấp kiến thức thai giáo đã được chọn lọc, hướng dẫn từng bước đơn giản, kết hợp tài liệu đa phương tiện (âm thanh, hình ảnh, bài tập). Nền tảng này cần có phân loại nội dung theo tuần thai, giúp cá nhân hóa tiếp cận cho từng giai đoạn.

2.6.1.2 Thiết kế bộ công cụ thai giáo đơn giản, dễ sử dụng

Xây dựng các bộ kit mẫu phù hợp với điều kiện đô thị: tranh ảnh, thẻ chữ, bản nhạc được chọn lọc, hướng dẫn trò chuyện mỗi ngày... Các công cụ này cần:

Phân nhóm theo chủ đề: ngôn ngữ, âm nhạc, vận động, tư duy...

Đi kèm hướng dẫn dễ hiểu: qua video ngắn hoặc tờ rơi minh họa

Tối ưu sử dụng đa nền tảng: in ấn, điện thoại, tivi

Có thể thử nghiệm bộ công cụ này tại 1–2 phường/xã có số lượng bà mẹ mang thai đông, để đánh giá hiệu quả và điều chỉnh.

2.6.1.3 Huy động sự tham gia của người thân – đặc biệt là người cha

Khảo sát cho thấy người thân có nhận thức tích cực nhưng chưa được định hướng cách tham gia cụ thể. Cần tạo nội dung truyền thông trực tiếp cho nam giới (clip, lớp học ngắn...) với thông điệp gần gũi như “Cha đồng hành cùng con từ trong bụng mẹ”, nhằm tăng sự gắn kết gia đình.

2.6.2. Tăng cường tiếp cận cộng đồng và lồng ghép vào hệ thống y tế cơ sở

2.6.2.1 Đưa nội dung thai giáo vào chương trình tư vấn tiền sản

Cần lồng ghép các nội dung đơn giản về thai giáo vào buổi tư vấn cho thai phụ tại trạm y tế/phòng khám sản. Ví dụ: mỗi buổi khám thai nên kèm theo một gợi ý nhỏ như “3 phút trò chuyện cùng con hôm nay”.

2.6.2.2 Gắn thai giáo với chương trình truyền thông sức khỏe cộng đồng

Sử dụng hệ thống phát thanh phường/xã, các buổi truyền thông sức khỏe cộng đồng hoặc các nhóm Zalo/Y tế online để truyền tải ngắn gọn các

thông điệp thai giáo, tránh phụ thuộc quá nhiều vào mạng xã hội không kiểm soát.

2.6.2.3 Tạo mạng lưới học tập và chia sẻ kinh nghiệm giữa các bà mẹ

Thành lập nhóm “Câu lạc bộ mẹ bầu thai giáo” trên mạng xã hội hoặc kết nối qua cơ sở y tế, giúp chia sẻ kinh nghiệm, giảm lo âu, và tăng động lực thực hành thai giáo.

2.6.3. Khuyến nghị dài hạn và mở rộng nghiên cứu

Chuẩn hóa tài liệu và bộ công cụ thai giáo dùng chung ở tuyến y tế cơ sở, bảo đảm tính khoa học, dễ hiểu và phù hợp văn hóa địa phương.

Thực hiện nghiên cứu theo chiều sâu, khảo sát hiệu quả từng loại hình thai giáo (ngôn ngữ, âm nhạc...) đối với sự phát triển của trẻ sau sinh trong 1–2 năm đầu.

Học hỏi từ các mô hình quốc tế như:

Nhật Bản: hướng dẫn thai giáo trong sổ tay mẹ và bé cấp phát toàn quốc.

Hàn Quốc: các lớp cha mẹ tiền sản bắt buộc có nội dung thai giáo.

Úc: lồng ghép thai giáo vào các gói “antenatal education” tại địa phương.

III. KẾT LUẬN

Bài viết đã phân tích tổng quan về khái niệm, lợi ích và thực trạng ứng dụng thai giáo tại Hà Nội, qua đó nhấn mạnh vai trò quan trọng của thai giáo trong việc hỗ trợ phát triển toàn diện cho thai nhi và tăng cường sức khỏe tinh thần cho mẹ bầu. Kết quả khảo sát định lượng và định tính cho thấy thai phụ và người thân tuy có nhận thức tích cực về thai giáo, nhưng vẫn gặp nhiều khó khăn trong quá trình thực hiện như thiếu thông tin đáng tin cậy, thời gian hạn hẹp và công cụ không phù hợp.

Từ thực trạng đó, bài viết đề xuất mô hình hệ sinh thái hỗ trợ thai giáo tại cộng đồng, với trọng tâm là xây dựng nền tảng thông tin chính thống, phát triển bộ công cụ đơn giản – dễ áp dụng, thúc đẩy sự tham gia của người thân và lồng ghép thai giáo vào các hoạt động truyền thông y tế cơ sở. Đây là những giải pháp có tính thực tiễn cao, có thể áp dụng thử nghiệm tại địa phương như Hà Nội để từng bước nâng cao hiệu quả giáo dục sớm cho trẻ ngay từ trong bụng mẹ.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. DeCasper, A. J., & Spence, M. J. (1986). Prenatal maternal speech influences newborns' perception of speech sounds. *Infant Behavior and Development*, 9(2), 133–150. [https://doi.org/10.1016/S0163-6383\(86\)80025-1](https://doi.org/10.1016/S0163-6383(86)80025-1)
2. Hán, T. (2018). *Hành trình thai giáo 280 ngày*. Nhà xuất bản Phụ nữ.
3. Kisilevsky, B. S., Hains, S. M. J., Jacquet, A.-Y., Granier-Deferre, C., & Lecanuet, J.-P. (2004). Maturation of fetal responses to music. *Developmental Science*, 7(5), 550–559. <https://doi.org/10.1111/j.1467-7687.2004.00379.x>
4. Magee, S. (2015). *Đếm ngược tới ngày gặp con yêu*. Nhà xuất bản Thế giới.
5. Nguyễn, C. K. (2022). Lập trình bào thai với nguồn gốc sức khỏe. *Tạp chí Nhi khoa*, 15(4), 5.
6. Nguyễn, T. N. (n.d.). *Thai giáo từ trái tim*. Nhà xuất bản Dân trí.
7. Nguyễn, T. N. (2023). Từ bào thai đến trưởng thành. *Tạp chí Nhi khoa*, 16(1), 1.
8. Shichida, M., & Shichida, K. (2018). *Thai giáo diệu kỳ*. Nhà xuất bản Phụ nữ.
9. Takeuchi, M. (2018). *Lần đầu làm mẹ*. Nhà xuất bản Lao động.
10. Trần, H. (2016). *Phương pháp giáo dục con của người Do Thái*. Nhà xuất bản Phụ nữ.
11. Vương, N. (2016). *Hành trình yêu thương 1000 ngày của mẹ và bé*. Nhà xuất bản Phụ nữ.
12. Verny, T. R. (1981). *The secret life of the unborn child: How you can bond with your baby from conception to birth*. Dell Publishing.
13. Yarcheski, A., Mahon, N. E., Yarcheski, T. J., Hanks, M. M., & Cannella, B. L. (2009). A meta-analytic study of predictors of maternal–fetal attachment. *International Journal of Nursing Studies*, 46(5), 708–715. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2008.10.013>
14. Zubaran, C., Lazzarotto, A. R., & Gava, C. S. (2014). The effect of prenatal education on the quality of life of pregnant women: A randomized controlled trial. *Journal of Prenatal and Perinatal Psychology and Health*, 34(3), 172–178.