

# **SÁCH DÀNH CHO PHỤ HUYNH**

**(PARENT BOOK)**

**Tác giả: Jane Shields và Jo Stevens**

Cẩm nang dành cho phụ huynh của trẻ có chứng tự kỷ  
(Autistic spectrum disorder - Rối loạn phổ tự kỷ)

Biên dịch:  
Huỳnh ngọc Trân

-2010-

## **CHƯƠNG TRÌNH PHÁT TRIỂN EARLYBIRD (Can thiệp sớm)**

Như một phần của việc thường xuyên hỗ trợ, chăm sóc cho trẻ có chứng tự kỷ và gia đình của trẻ tự kỷ. Việc chẩn đoán nên thực hiện sau việc can thiệp sớm một cách thích hợp để thu ngắn khoảng cách của chẩn đoán sớm và các phương thức giáo dục cho trẻ. Hội nghiên cứu chứng tự kỷ quốc gia nhằm vào sự phát triển quan hệ đối tác là các bậc phụ huynh và khuyến cáo quý phụ huynh nên tham gia chương trình bất cứ khi nào có thể để đáp ứng nhu cầu của trẻ có chứng tự kỷ. Đối với trẻ có chứng tự kỷ, sự phát triển ở nhiều lĩnh vực khác xa trẻ bình thường.

Người có chứng tự kỷ trải nghiệm thế giới theo cách khác. Điều cần thiết là ta phải hiểu được những khác biệt đặc thù để giải quyết vấn đề giáo dục cho trẻ ở lứa tuổi mầm non.

Chương trình EarlyBird cung cấp cho các gia đình thông tin và những lời khuyên thiết thực. Chương trình đem đến cho các bậc phụ huynh kiến thức về chứng tự kỷ để sau đó tìm cách phát triển giao tiếp hoặc chế ngự được hành vi của trẻ. Chương trình mang đến cho các bậc phụ huynh tự tin vì đã giải thích được nguyên nhân sự phát triển và hành vi khác nhau của trẻ có chứng tự kỷ. Vì vậy, cha mẹ có thể bắt tay vào việc can thiệp cho trẻ bằng phương pháp tốt nhất ngay sau khi kết thúc ba tháng học. Mô hình này giúp các bậc phụ huynh học hỏi lẫn nhau, khuyến khích thâm nhập và xử lý các vấn đề phát sinh. Phối hợp các lợi ích của các nhóm cùng với sự hỗ trợ năng động, trong đó phát triển trong mỗi nhóm gồm 6 gia đình, với sự hỗ trợ trực tiếp của các chuyên viên chương trình EarlyBird trong thời gian trực tiếp viếng nhà.

Chương trình này nhằm giúp trẻ bằng cách phát triển kiến thức và sự tự tin trong việc sử dụng chiến lược như làm giảm ngôn ngữ, phân tích hành vi của trẻ và sử dụng các cấu trúc trực quan.

# MỤC LỤC

## 1. TỰ KỶ

- 1.1. Giới thiệu về chương trình EarlyBird
- 1.2. Tự kỷ là gì?
- 1.3. Người có chứng tự kỷ trải nghiệm thế giới ra sao?

Phần đọc thêm

Phiếu thông tin

## 2. TỰ KỶ VÀ GIAO TIẾP

- 2.1. Thiết lập sự cảm nhận về thế giới
- 2.2. Phát triển giao tiếp
- 2.3. Giao tiếp đối với người có chứng tự kỷ

Phần đọc thêm

Phiếu thông tin

## 3. LÀM VIỆC VỚI CON CỦA BẠN

- 3.1. Các kỹ thuật hữu ích hỗ trợ giảng dạy
- 3.2. Chơi tương tác

Phần đọc thêm

Phiếu thông tin

Viếng nhà lần 1: trò chơi tương tác, video và ý kiến phản hồi.

## 4. CẤU TRÚC và HỖ TRỢ TRỰC QUAN

- 4.1. Chia sẻ về trò chơi tương tác
- 4.2. Giao tiếp hỗ trợ
- 4.3. Hỗ trợ trực quan

Phần đọc thêm

Phiếu thông tin

## 5. NGĂN CHẶN CÁC VẤN ĐỀ VÀ PHÁT TRIỂN THÓI QUEN

- 5.1. Hiện tượng đọc chữ trôi chảy và việc đọc sách
- 5.2. Ngăn chặn các vấn đề
- 5.3. Trẻ tự kỷ và việc chơi đùa
- 5.4. Lập thói quen chơi hàng ngày

Viếng thăm nhà lần 2: Thói quen chơi hàng ngày, video và ý kiến phản hồi

## 6. HIỂU HÀNH VI

- 6.1. Chia sẻ những thói quen chơi
- 6.2. Sử dụng hình ảnh tảng băng để phân tích hành vi
- 6.3. Phương pháp tiếp cận STAR

Phần đọc thêm

Phiếu thông tin

## **7. CHẾ NGỰ HÀNH VI - A**

- 7.1. EarlyBird – điều cần nhớ
- 7.2. Hành vi lặp đi lặp lại, những quan tâm và ám ảnh đặc biệt
- 7.3. Tính cấu kính và sự gây hấn
- 7.4. Những sợ hãi và ám ảnh

Phần đọc thêm

Phiếu thông tin

Viếng thăm nhà lần 3: Tổng kết những thành quả, video và ý kiến phản hồi

## **8. CHẾ NGỰ HÀNH VI – B**

- 8.1. EarlyBird – điều cần nhớ
- 8.2. Ăn uống
- 8.3. Ngủ
- 8.4. Đi vệ sinh và vệ sinh
- 8.5. Tổng kết và tổ chức liên hoan

Phần đọc thêm

Phiếu thông tin

# 1. TỰ KỶ

## 1-1: Giới thiệu về EarlyBird

Có nhiều phương pháp tiếp cận nhằm giúp trẻ bị rối loạn phổ tự kỷ (Autistic spectrum disorder - ASD). Chương trình EarlyBird là một chương trình huấn luyện thời hạn 3 tháng dành cho phụ huynh của Hội Tự Kỷ quốc gia Anh (NAS) nhằm giúp trẻ tự kỷ thông qua cha mẹ chúng. Chương trình này giúp các bậc phụ huynh hiểu TẠI SAO trẻ tự kỷ có các hành vi khác nhau để rồi tìm ra CÁCH tốt nhất để giúp các cháu phát triển. Cách Tương phản tiếp cận được sử dụng đối với trẻ tự kỷ là:

<b>Không chỉ dẫn</b>	đối nghịch	<b>Cấu trúc</b>
<b>Trẻ em làm trung tâm</b>	đối nghịch	<b>Cha mẹ làm trung tâm</b>

EarlyBird kết hợp các phương pháp tiếp cận để hỗ trợ với sự chắc lọc từ nhiều phương pháp hay và có tính thực tiễn, trong đó có chương trình "SPELL" là viết tắt của:

- Cấu trúc
- Tích cực
- Thấu cảm
- Hạn chế kích thích
- Kết nối

Phương pháp này giúp các bậc phụ huynh áp dụng các chiến lược thích hợp cho từng trẻ ngay tại nhà. Cách tiếp cận của EarlyBird được phát triển dựa trên ba tiêu chí phối hợp chặt chẽ như sau:

- Thứ nhất, phụ huynh học để hiểu chứng tự kỷ, học biết được trẻ trải nghiệm thế giới như thế nào và những yếu tố cơ bản phát triển kỹ năng và hành vi.
- Thứ hai, phụ huynh được hỗ trợ để cải thiện GIAO TIẾP với trẻ và được khuyến nên để thay đổi cách giao tiếp riêng của mình, phát triển các hoạt động để khuyến khích tương tác và giao tiếp.
- Thứ ba, phụ huynh học cách phân tích và hiểu được hành vi của trẻ, cách sử dụng cấu trúc trực quan để ngăn chặn các vấn đề và khuyến khích các hành vi thích hợp. Trong quan hệ đối tác với phụ huynh, Chương trình EarlyBird tiếp nhận ý kiến và tiếp cận xử lý vấn đề để giúp phụ huynh phát triển tiềm năng của trẻ ở lứa tuổi mầm non.

\* *Phương pháp tiếp cận của EarlyBird có thể được tóm tắt như sau:*

### **Hiểu về chứng tự kỷ của trẻ**

- Các yếu tố cơ bản (tảng băng)
- Cách trẻ suy nghĩ, học tập và trải nghiệm thế giới.

### **Hiểu về giao tiếp**

- điều chỉnh giao tiếp của người lớn
- tương tác có cấu trúc để khuyến khích giao tiếp xã hội
- xây dựng trên nền tảng giao tiếp không lời

- sử dụng phương pháp tiếp cận trực quan để hỗ trợ giao tiếp.

### **Phân tích và hiểu được hành vi**

- sử dụng cấu trúc
- xác định các yếu tố gây kích thích
- hiểu được chức năng
- thích ứng với phần thưởng.

Chương trình NAS EarlyBird mang đến một phương pháp tiếp cận tích cực để chúng ta có thể sống cùng trẻ bị rối loạn phổ tự kỷ.

## **1 -2: Chứng tự kỷ là gì?**

Rối loạn phổ tự kỷ (Autistic spectrum disorder - viết tắt là : ASD) là một khuyết tật phát triển thường xuất hiện từ khi mới sinh mặc dù không có dấu hiệu rõ ràng ngay lúc đó. Tình trạng này ảnh hưởng đến chúng ta suốt cuộc đời. Nhưng chúng ta có thể cải thiện tình trạng này nếu biết can thiệp sớm và hợp lý thì sẽ mang lại sự tiến bộ tốt đẹp.

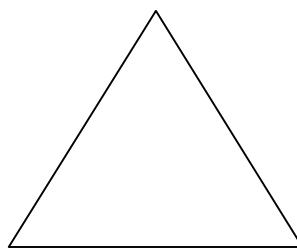
Nguyên nhân tự kỷ là do rối loạn chức năng trong não bộ, gây ra bởi một loạt các nguyên nhân. Hiện các nhà khoa học vẫn đang nghiên cứu về vấn đề này. Nguyên nhân chứng tự kỷ có thể có liên quan một cách phức tạp do di truyền và các điều kiện khác nhưng cũng có thể xuất hiện một cách tự phát.

Tự kỷ được chẩn đoán bằng cách xác định sự khác biệt trong bộ ba hành vi cơ bản. Biểu hiện thường đi kèm là các hoạt động lặp đi lặp lại trong khuôn khổ và nhờ vậy người tự kỷ giữ được bình tĩnh.

Những người tự kỷ gặp khó khăn trong việc cảm nhận môi trường chung quanh, nhất là khó khăn trong cảm nhận những người khác chung quanh họ. Rối loạn phổ tự kỷ là một rối loạn xã hội. Tỷ lệ mắc chứng tự kỷ ở các bé trai cao hơn ở bé gái. Tỷ lệ từ 4:1 đối với chứng tự kỷ "kinh điển" và 9:1 đối với hội chứng Asperger.

### **Bộ ba khiếm khuyết**

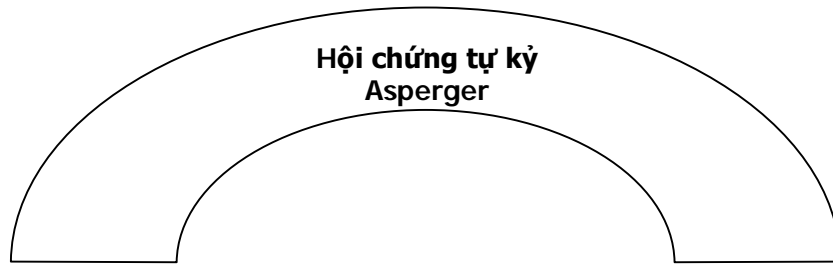
#### **Tương tác xã hội**



**Giao tiếp xã hội**

**Trí tưởng tượng/tính linh hoạt trong tư duy**

Tự kỷ là một rối loạn phổ tần, tác động vào con người qua giải phổ về năng lực trong đó có sự khó khăn về học tập ở mức trung bình đến hơn mức trung bình. Tự kỷ và hội chứng Asperger đều là hai dạng rối loạn phổ tự kỷ. Những người bị hội chứng Asperger có trí thông minh ở mức trung bình hay trên trung bình và ít có vấn đề với ngôn ngữ, mặc dù họ vẫn có thể gặp khó khăn trong giao tiếp xã hội.



Mỗi mảng của bộ ba cho thấy một quang phổ về hành vi có khả năng thay đổi theo tuổi và quá trình phát triển. Người mắc chứng tự kỷ có thể dịch chuyển trong giải phổ theo cuộc đời của họ, tuy nhiên, những khác biệt cơ bản trong cách trải nghiệm thế giới sẽ vẫn tồn tại. Với sự can thiệp thích hợp kết hợp giáo dục, chúng ta có thể giúp trẻ đạt được mức tối đa khả năng tiềm tàng của chúng.

**Phổ tự kỷ**

Một số mẫu hành vi mà bạn có thể thấy ở trẻ hiện nay hoặc từng thấy trong quá khứ.

***Tương tác xã hội:***

	<u>Hiện nay</u>	<u>Trước đây</u>
Không để ý đến người khác		
Phản ứng mạnh đối với những tiếp xúc cơ thể		
Dường như ở trong thế giới của riêng của mình		
Vâng lời và sẵn lòng làm theo		
Chấp nhận sự hướng dẫn của người khác		
Thích thô ráp, xù xì và lộn xộn		
Muốn "chỉ đạo, quản lý"		
Những ý khác ...		

***Giao tiếp xã hội:***

	<u>Hiện nay</u>	<u>Trước đây</u>
Chậm phát triển lời nói		
Lặp đi lặp lại những từ có ít ý nghĩa – chứng nhại lời		
Lặp lại chính xác các cụm từ khi nghe		
Hỏi những câu hỏi lặp đi lặp lại		
Không phản ứng khi được nói đến		

Hiểu sự đa dạng của ngôn ngữ

Hiểu theo nghĩa đen - 'it's raining cats and dogs'  
(nghĩa bóng : mưa như trút nước)

Những ý khác ...



***Trí tưởng tượng / tính linh hoạt trong tư duy***

Hiện nay

Trước đây

Ngủ hoặc liếm đồ vật

Xếp đồ chơi hoặc đồ vật thành hàng

Lặp lại cùng một hành động với đồ chơi / đồ vật

Lặp lại được những đoạn video/câu chuyện ưa thích nhất

Đập, xoay tròn hoặc vôn vê đồ vật

Lặp đi lặp lại hành động bật và tắt với đồ vật nào đó (công tắc...)

Bị thu hút bởi ánh sáng đèn, hình bóng / âm thanh

Trở nên gắn bó thái quá với những đồ vật nhất định

Chống lại sự thay đổi - quần áo, thức ăn, thói quen sinh hoạt

Những ý khác ...



**1-3: Người có chứng tự kỷ trải nghiệm thế giới thế nào?**

**Trải nghiệm về cảm xúc**

Các giác quan giúp chúng ta hiểu, cảm nhận và phản hồi lại với thế giới chung quanh. Người có chứng tự kỷ có thể cảm nhận thế giới và cả sự đau đớn cũng khác người bình thường. Người tự kỷ có những cảm nhận quá mức hoặc dưới mức bình thường đối với trải nghiệm thực tại hay thậm chí cả tương lai dự đoán.

**Xúc giác (sờ, chạm)**

Cơ thể trẻ tự kỷ có thể có những phần nhạy cảm về xúc giác khi trẻ bị va chạm hoặc bị va chạm với một cường độ nào đó. Vì thế, việc mặc quần áo mới, mang giày dép hay các sinh hoạt như gội đầu, đánh răng hoặc liên hệ đụng chạm cơ thể với người khác có thể gây ảnh hưởng đến trẻ. Một số trẻ có thể không phản ứng với mức va chạm gây đau đớn mà người bình thường không chịu được. Ví dụ trẻ có thể uống nước rất nóng; không nhận biết được đau đớn hoặc thương tích; mặc quần áo quá ít



dù trời lạnh hoặc quá nhiều dù trời nóng. Số khác có thể phản ứng kịch liệt và tỏ ra bực bội, khó chịu chỉ vì những va chạm nhẹ, bình thường trong tiếp xúc hoặc va quệt không đáng kể.

\* Câu chuyện:

Sasha biết được loại vải may quần áo làm mà cô không thể mặc được. Cha mẹ cô bé nhận ra rằng cô thấy dễ chịu khi mặc áo quần có chất liệu xốp, mềm mại và rộng rãi. Họ cắt bỏ các nhãn dính trên áo quần có thể gây khó chịu cho cô bé và họ dùng những miếng vải mềm. Họ biết rằng cô bé chịu để họ cắt móng tay, móng chân nếu họ dùng biện pháp cứng rắn thay cho biện pháp nhẹ nhàng để giữ cho tay cô bé không hoạt động lung tung.

### **Vị giác**

Trẻ tự kỷ rất nhạy cảm với mùi vị và hình thức bề ngoài của món ăn. Chúng có thể chọn ăn những đồ ăn thức uống có vị nhạt hay rất cay. Một số cần sờ chạm hay ngửi món ăn trước khi ăn. Trẻ tự kỷ có thể không thích dạng món ăn pha trộn đủ thứ .

\*Câu chuyện:

Chris rất kén chọn trong ăn uống, vì thế món ăn cho cậu khá hạn chế, dù cậu ăn nhiều những gì cậu thích. Món cậu ghét nhất là rau. Tới bữa ăn, bố mẹ cậu vẫn cố gắng kiên trì giới thiệu món ăn mới cho cậu. Họ để cậu liếm qua món ăn trước khi khuyến khích cậu nếm 1 chút xíu. Vì cậu khỏe mạnh, nên ba mẹ tránh không ép cậu ăn, điều mà trước đây đã gây căng thẳng cho bữa ăn.

### **Thính giác**

Những tiếng ồn lớn bất ngờ như tiếng chó sủa, tiếng còi hú hay âm thanh kéo dài như máy sấy tóc, những nơi ồn ào náo nhiệt với nhiều âm thanh hỗn loạn như chợ búa, siêu thị ... là những nguyên nhân gây cho trẻ tự kỷ lo lắng.

Câu chuyện:

Khi đi siêu thị, Charlie thường rất lo lắng bởi các thông báo đột ngột từ loa phóng thanh. Mẹ của cậu bé cho cậu mang theo món đồ chơi yêu thích và cho cậu nghe nhạc bằng máy Walkman (nghe bằng tai nghe) khi đưa cậu đi.

### **Khứu giác**

Một số mùi có thể làm trẻ tự kỷ "mê mẩn", như các sản phẩm nước hoa xịt phòng hoặc các sản phẩm tẩy rửa. Thay đổi mùi nước hoa hoặc bột giặt có thể gây cho trẻ thay đổi hành vi.

Câu chuyện:

Ông của Terry rất khó chịu khi đột nhiên Terry từ chối chơi trò vật lộn với ông, một trò chơi mà hai ông cháu trước kia rất thích chơi vào mỗi cuối tuần. Ông của Terry xác định rằng sự thay đổi này bắt đầu từ ngày sinh nhật của mình và hiểu ra rằng mùi của loại xà bông cao râu (quà sinh nhật cho ông) chính là thủ phạm làm cho cậu bé không thích chơi với ông nữa.

## Thị giác

Một số đồ vật hay cường độ ánh sáng nào đó có thể gây khó chịu cho trẻ tự kỷ. Việc xử lý, đánh giá trực quan về không gian và chiều sâu, đồ vật, con người và màu sắc có thể khác bình thường. Trẻ kém sâu sắc trong nhận thức nên có thể dẫn đến hàng động vụng về.

Câu chuyện:

Connor tỏ ra sợ hãi ánh sáng màu xanh lá cây từ bóng đèn huỳnh quang quảng cáo lắp ở lối vào cửa hàng. Cậu không muốn đi qua lối đó. Nhận ra nguyên nhân gây ra sợ hãi cho cậu bé, cha mẹ cậu bảo cậu nên nhắm mắt khi đi ngang qua. Sau đó cha mẹ cậu thưởng cho cậu một gói khoai tây rán loại rất khoái khẩu với cậu vì cậu đã tỏ ra dũng cảm.

## Sự cân bằng và nhận thức của cơ thể

Tiến trình xử lý thông tin về cân bằng, tư thế và nhận thức cơ thể của trẻ tự kỷ có thể khác trẻ bình thường. Cơ thể di chuyển và xuất hiện tình trạng tự kích thích hoặc lặp đi lặp lại như quay tròn hoặc vỗ tay để đáp ứng nhu cầu nào đó của cảm giác.

Việc kiểm soát được các chuyển động của cơ thể có thể sẽ gặp khó khăn, một số trẻ tự kỷ tỏ ra vụng về, điều này gây khó khăn cho việc học tập ở tuổi mầm non.

Hiểu được cách tiếp cận người xung quanh, trẻ tự kỷ đi vòng vòng trong phòng, tay cầm một vật nhỏ nào đó đập liên hồi ví dụ như những cái nút bấm nhỏ và thể là khả năng viết lách cũng có thể bị ảnh hưởng.

## Những lời khuyên bổ sung

Trị liệu và các chuyên gia trị liệu có thể tư vấn và hỗ trợ bằng các chương trình cụ thể có liên quan đến cảm giác cho trẻ. Lời nói và ngôn ngữ trị liệu cũng có thể giúp trong việc ăn uống là những cảm giác cơ bản.

## Các vấn đề về giác quan

\* Một số phát biểu của người trưởng thành bị tự kỷ:

*"Tôi không thể chịu được cảm giác va chạm xác thịt và thích mặc quần dài để bớt đi cảm giác khó chịu đó."*

Temple Grandin 1995

*"Tôi cực kỳ nhạy cảm với vẻ bề ngoài của món ăn. Nên tôi muốn sờ mọi thứ bằng tay để xem nó như thế nào trước khi cho nó vào miệng. Tôi thực sự ghét thứ món ăn pha trộn đủ thứ tựa như bánh mì sandwich nhồi món mì sợi và rau "*

Sean Barron 1992

*"Có thể do những thứ tạo cho tôi những ấn tượng xấu. Nó làm cho tôi sợ hãi mọi thứ mà tôi có thể nhìn thấy như người, sự vật, nhất là những khuôn mặt của họ, những ánh đèn sáng chói, đám đông, những gì di chuyển đột ngột, những cỗ máy lớn và các*

*tòa nhà. Đó chính là những gì xa lạ với tôi, những nơi không quen thuộc, là góc tối của riêng tôi, bóng tối, cái cầu, con sông, kênh rạch, dòng chảy và biển cả. "*

Therese Jolliffe 1992

*"Tai tôi bị một thứ gì đó đánh lừa, nó làm méo mó âm thanh chung quanh tôi. Đôi khi có những đứa trẻ khác nói gì đó với tôi nhưng tôi khó có thể nghe họ nói gì và đôi khi nghe giọng họ như tiếng súng lục".*

*'Tôi ghét các cửa hàng nhỏ, vì mắt tôi làm cho chúng trông như thể chúng nhỏ hơn thật sự.'*

Darren White 1987

## 2. TỰ KỶ VÀ GIAO TIẾP

" Tôi đã hiểu vì sao thỉnh thoảng con tôi có những hành vi như thế. Đó là nỗi thất vọng bởi nó không thể giao tiếp với chúng tôi. Cũng có thể một điều gì đó khiến nó sợ và nó không hiểu chuyện gì đã xảy ra với mình"

### 2.1: Thiết lập sự cảm nhận thế giới chung quanh.

Người có chứng rối loạn phổ tự kỷ (ASD) khó cảm nhận thế giới xung quanh họ. Các nghiên cứu cho thấy có sự khác biệt trong cách xử lý thông tin và nhận biết thế giới chung quanh của người mắc chứng tự kỷ so với người bình thường.

Các nhà tâm lý học có đưa ra một số lý thuyết về sự khác biệt có liên quan đến khái niệm gọi là "mù mờ về nhận thức" và "tập trung vào chi tiết". Điều này cũng giúp giải thích tại sao những người có chứng tự kỷ luôn phải giữ sự cân bằng tâm lý trong trạng thái quá mức bằng cách cố giữ mọi việc rập khuôn trong đời sống của họ.

#### Mù mờ nhận thức

Lên 4 tuổi, hầu hết các trẻ đều có thể cảm nhận xúc cảm, tâm trạng, mong muốn của người khác. Trong khi đó, số khác thì không tự nhận biết được những điều đó. Simon Baron - Cohen và một số các chuyên gia đã có những chứng minh rằng người có chứng tự kỷ kém về khả năng "ngoại cảm" (hiểu được ý nghĩ và tình cảm của người khác), bản thân họ gặp khó khăn trong việc hiểu, phân biệt được nhiều trạng thái khác nhau của tâm trạng, ý muốn... của người khác.

\*Câu chuyện:

Một cậu bé học các sử dụng một hình vẽ các ký hiệu để thể hiện nhu cầu "uống". Khi cần uống, cậu ta cầm tấm hình và đứng gần tủ lạnh trong một căn bếp trống trải. Cậu ta không nhận biết mẹ cậu đang ở phòng ngủ và cậu ta cũng không biết mình đang khát nước.

Một cậu bé khác lớn hơn, ở trường học, được mô tả như một học sinh ngỗ nghịch. Khi giáo viên nói: "Fred! em có thể mở cửa sổ giúp cô được không?" (vì trời nóng) Fred trả lời: "Vâng", nhưng cậu không hề làm việc đó, vẫn ngồi yên. Fred đã nghe dạng câu hỏi "có/ không" khá là đơn giản, nhưng cậu không có khả năng hiểu được ý muốn của cô giáo và không đáp ứng đề nghị của cô giáo.

Sự "mù mờ về nhận thức" và hiểu biết cũng gây ra nhầm lẫn như trường hợp một cậu bé có chứng tự kỷ có thể hoang mang khi nghe một người thợ hút tóc hỏi: "Tôi có thể cắt quanh tai được chứ? ". Một bé gái bị tự kỷ khác nói về một bạn học mới chuyển nhà đi nơi khác và đưa ra ý phản đối rằng: " Bạn không thể dời một căn nhà đâu!"

#### Tập trung vào chi tiết

Khi tiếp nhận và xử lý thông tin, phần lớn mọi người có khuynh hướng xem xét toàn bộ hình ảnh sự việc để nắm bắt nội dung trọng tâm hơn là đi vào từng chi tiết nhỏ nhặt. Uta Frith và Francesca Happé đã mô tả rằng người có chứng tự kỷ có nhiều cách tiếp cận vào chi tiết khác nhau để xử lý thông tin thay vì xem xét bao quát một vấn đề. Họ không thể thấy được GỖ là từ cây cối mà ra.

Sự tập trung vào chi tiết khiến người có chứng tự kỷ có kỹ năng tốt cho một số việc nhất định, chẳng hạn như trò chơi ghép hình, trò chơi mà khả năng chú ý đến từng chi tiết là một kỹ năng quý giá. Họ có thể nhớ từng chi tiết của một đoạn phim video và có thể nhắc lại từng đoạn của đoạn phim đó.

Tuy nhiên, trong số trường hợp khác, sự tập trung vào chi tiết có thể thái quá và có thể giải thích sự quá nhạy cảm của người có chứng tự kỷ, họ nhìn thấy mọi chi tiết về màu sắc, hình dạng của từng món hàng bày bán trong siêu thị. Họ có thể bị cuốn hút chỉ bởi những chi tiết nhỏ nhặt mà nếu người bình thường thì dường như không quan tâm, ví dụ: một tím len nhỏ trên thảm, hay một cái bớt nhỏ trên cổ của ai đó.

Người có chứng tự kỷ với sự tập trung vào chi tiết, không nhìn tổng thể sự việc để tạo được sự cảm nhận tinh huống và giao tiếp. Họ có thể nhìn thấy một bức tranh vẽ có hình lưới liềm ra hình trái chuối thay vì phải là hình mặt trăng thì giống hơn. Họ có thể nhầm lẫn những từ có phát âm như nhau, ví dụ như : flower (hoa) / flour (bột); sun (mặt trời)/ son (con trai).

\*Câu chuyện :

Bé trai tự kỷ lên năm tên Tom, đã biết nói. Cậu sử dụng có hiệu quả một thời khóa biểu trực quan tại trường để thực hiện hoạt các động học tập một cách độc lập. Thời khóa biểu của cậu bé có một bức ảnh tượng trưng cho thiết bị dạy học đặt tại Hội trường. Tom đã lấy tấm ảnh đó từ thời khóa biểu của mình, treo ở cửa lớp học và bước đi bình thản đến hội trường. Tuy nhiên, khi mở cửa ra, cậu trở nên buồn bã và không muốn đi vào trong. Sau khi bình tĩnh, cậu giải thích rằng các thiết bị đặt tại Hội trường hôm đó khác hẳn trong ảnh.

Những thuyết của về "Mù mờ nhận thức" và "tập trung vào chi tiết" giúp chúng ta nhận ra những khác nhau về tư duy của người có chứng tự kỷ. Nó giúp giải thích Bộ ba khiếm khuyết tiềm ẩn và sự khác biệt trong trải nghiệm về cảm xúc đối với người có chứng tự kỷ. Những thuyết đó giúp chúng ta hiểu một phần về cách mà người có chứng tự kỷ trải nghiệm trong cuộc sống. Do đó, cho phép chúng ta giúp họ tạo được nhiều cảm nhận hơn về mặt trải nghiệm, phát triển giao tiếp và hành vi một cách phù hợp. Chúng ta có thể giúp xây dựng cầu nối vào thế giới khác nhau của những người có chứng tự kỷ để lường trước và ngăn chặn những vấn đề khả dĩ dẫn đến sự bối rối, lo âu hay sợ hãi của người có chứng tự kỷ.

### **Thích sự đơn điệu**

Vì người có chứng tự kỷ gặp khó khăn trong việc thiết lập cảm nhận với thế giới xung quanh nên không có gì đáng ngạc nhiên rằng họ cố gắng bù đắp bằng cách làm những động tác đơn điệu và rập khuôn. Họ thích thứ tự, sự đều đặn, sự lặp đi lặp lại...

Therese Jolliffe, một cô gái trưởng thành có chứng tự kỷ, mô tả những trải nghiệm của mình:

*"Thực tế đối với một người mắc chứng tự kỷ là sự bối rối, những môi tương tác rắc rối của các sự kiện, con người, âm thanh và các dấu hiệu. Tất cả dường như không có ranh giới rõ ràng, không có trật tự, không có ý nghĩa cho bất cứ điều gì. Phần lớn cuộc sống của tôi chỉ là cố gắng làm việc theo một khuôn mẫu đằng sau mọi cái. Đặt ra lịch trình, thời gian và trình tự cụ thể cho tất cả công việc để lao vào một cuộc sống nhiều khe và hỗn loạn. Ngay cả khi tôi muốn tham gia vào một việc gì đó, trí óc*

*của tôi cũng không chỉ cho tôi biết làm thế nào ... Đối với người bình thường, việc mình đang ở trên một hành tinh cùng với những sinh vật lạ có lẽ sẽ là nỗi sợ hãi, họ sẽ không biết làm thế nào để thích nghi và chắc chắn sẽ gặp khó khăn để hiểu được những suy nghĩ, cảm xúc, ước muốn của những sinh vật lạ. Làm thế nào để có câu trả lời chính xác cho những chuyện này? Đó chính là những điều mà người tự kỷ phải đối mặt. Nếu đột ngột có những thay đổi trên trái đất này thì người bình thường sẽ rất lo lắng vì không hiểu là sự thay đổi này như thế nào. Đó là những gì mà người mắc chứng tự kỷ cảm thấy, họ thấy như mọi vật thay đổi và họ đang cố gắng để giữ mọi thứ như cũ mong được bớt đi nỗi sợ hãi. Sợ hãi đã thống trị cuộc sống của tôi. Ngay cả khi những điều không trực tiếp gây sợ hãi, tôi có xu hướng lo rằng có cái gì đó khủng khiếp xảy ra, bởi tôi không thể cảm nhận được cái mà tôi thấy. Cuộc sống thật là một mớ bòng bong, đầy dẫy những khó hiểu.”*

## **TẢNG BẢNG ASD (Rối loạn phổ tự kỷ)**

### **BIỂU HIỆN (CÁI GÌ?)**

Lo âu  
Phản ứng khác nhau  
Bối rối vì sự thay đổi / Tức giận  
Thích hành vi lặp đi lặp lại  
Từ chối việc đáng răng / Thích máy vi tính

---

### **NGUYÊN NHÂN (TẠI SAO?)**

-Bộ ba khiếm khuyết :

- \* Tương tác xã hội
- \* Giao tiếp xã hội
- \* Trí tưởng tượng / tính linh hoạt trong tư duy

-Các vấn đề giác quan:

Sự đụng chạm (xúc giác), khẩu vị (vị giác), âm thanh (thính giác), mùi vị (khứu giác), nhìn (thị giác), sự đau đớn.

-Thiết lập cảm nhận thể giới chung quanh.

- \* Mù về nhận thức
- \* Tập trung vào chi tiết
- \* Thích sự đơn điệu.

## **TẢNG BẢNG ASD : Phiếu ghi nhận.**

Tại nhà :

\* suy nghĩ về những việc mà con bạn làm theo nhiều cách khác nhau.

\* tình huống khi con bạn phản ứng theo nhiều cách khác nhau.

Vận dụng những kiến thức bạn có hiện tại về người có chứng tự kỷ trải nghiệm trong cuộc sống, cố gắng nhận biết VÌ SAO những phản ứng có khả năng xảy ra.

### **BIỂU HIỆN (CÁI GÌ?)**

.....  
.....  
.....  
.....

---

### **NGUYÊN NHÂN (TẠI SAO?)**

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

## **2.2: Phát triển kỹ năng giao tiếp**

### **Giao tiếp là gì?**

Giao tiếp là một hoạt động xã hội mà trong đó một thông điệp được chuyển tải từ người này sang người kia. Thông điệp có thể liên quan đến việc chia sẻ ước muốn hoặc ý nghĩ, lời thỉnh cầu, gửi thông tin hay tìm kiếm thông tin. Giao tiếp xã hội là một trong những phạm trù của bộ ba (bộ ba khiếm khuyết) gây ra sự khó khăn cho người có chứng tự kỷ.

Giao tiếp có thể liên quan đến lời nói nhưng giao tiếp cũng có hiệu quả cho dù không dùng ngôn từ. Ví dụ như dùng ánh mắt, cử chỉ, nét mặt hay sự chỉ trỏ. Giao tiếp không dùng lời đã phát triển trước ngôn ngữ nói và tiếp tục đồng hành cùng giao tiếp bằng lời nói trong đời sống chúng ta. Những gợi ý của sự biểu đạt không lời, ví dụ như ngữ điệu, luôn giúp ta hiểu ý nghĩa của lời nói và giúp phân biệt được đâu là nói đùa và đâu là nói mỉa mai.

Giao tiếp của loài người luôn liên quan đến ngôn ngữ, sử dụng lời nói, chữ viết hay các dấu hiệu thay lời nói để truyền đạt thông điệp. Ngôn ngữ là một hệ thống mã và



các ngôn ngữ khác nhau thì dùng các bộ mã khác nhau. Trẻ em học ngôn ngữ của gia đình và cộng đồng nơi chúng lớn lên.

Giao tiếp chỉ xuất hiện nếu cả hai - người gửi thông điệp và người nhận thông điệp - có liên quan với nhau. Giao tiếp đòi hỏi cả hai sự biểu đạt và sự tiếp thu. Các trẻ phát triển bình thường luôn hiểu nhiều hơn những gì chúng nói, tuy nhiên, điều này ngược lại ở trẻ có chứng RỐI LOẠN PHỔ TỰ KỶ(ASD).

### **Tiêu biểu của sự phát triển giao tiếp**

Điển hình ta thấy từ khi mới lọt lòng, trẻ sơ sinh đã được "lập trình trước" để giao tiếp. Các bé đã có cái nhìn âm yếm vào khuôn mặt mẹ và có khả năng giao tiếp bằng mắt trong một thời gian dài trước khi bé biết nói.

Trước tiên, người lớn phản hồi bằng cách nhìn đáp lại khi trẻ nhìn họ và có thể chúng kêu lên những tiếng ư ử biểu lộ niềm vui sướng hay động đậy tay chân biểu lộ phần khích.

Dần dần, các bé bắt đầu nhận thức được mọi người và vật ở gần chúng.

Tiếp theo, các bé bắt đầu có những phản hồi với người khác, trí não chúng bắt đầu phát triển để miệng có thể phát ra được những âm đơn. Biết diễn đạt và có các điều bộ có chủ đích.

Khả năng giao tiếp xuất hiện sớm nhất ở các bé chính là sự giao tiếp không lời. Sử dụng nét mặt để biểu cảm, sự chỉ trỏ và âm thanh để biểu đạt nhiều ý muốn khác nhau.

Giao tiếp ban đầu giữa cha mẹ và bé là một trải nghiệm hạnh phúc, cả hai bắt đầu chơi với nhau như là trò "cúc hù" hoặc trò chơi chụp ngón tay.

Theo thời gian, bé bắt đầu nói được từ đơn (hay tiếng một) dù có thể không rõ ràng mấy. Cùng lúc đó, khả năng hiểu biết phát triển nhanh chóng và kỹ năng giao tiếp bằng lời cũng phát triển theo.

Ngôn ngữ tiếp tục phát triển vì bé đã biết ráp các từ lại với nhau. Những câu hỏi đầu tiên được bé đặt ra và bé có thể nói về những hoạt động hàng ngày.

Vốn từ của bé phát triển mau chóng, ngày càng có thêm nhiều từ được chấp nối để trở thành câu trọn vẹn. Bé bắt đầu đặt câu hỏi "Tại sao?" và có thể nói được những câu nói thông thường đối thoại hàng ngày.

Đến 5 tuổi, bé có thể trò chuyện một cách hoạt bát, lưu loát. Bé có thể kết hợp các ý tưởng với nhau bằng từ nối "và" hay bằng ý tưởng liên kết như: "Mẹ ơi! mẹ dẫn con đến nhà bà ngoại chơi rồi sau đó chúng ta đi bơi nhé mẹ?". Vốn từ vựng của bé lúc này khoảng vài ngàn từ và ngôn ngữ nói được dùng để tư duy, học tập và tưởng tượng.

Dù sự phát triển ngôn ngữ nói là rất quan trọng, song giao tiếp không lời vẫn song hành trong chuyện trò, đàm thoại và giúp tăng thêm phần sâu sắc cho ý tưởng muốn diễn đạt. Trẻ nhỏ học cách giao tiếp không lời trước khi chúng nói những từ đầu tiên, người lớn tiếp tục sử dụng giao tiếp không lời để giao tiếp và dùng cả hai loại để hiểu và biểu đạt thông điệp dù có nói thành lời hay không dùng lời nói.

### **Những điều kiện để giao tiếp phát triển**

Ta không học Ngôn ngữ, ngôn ngữ tự sinh sôi, phát triển. Cho dù với tiến trình nào đi nữa, cũng có những điều kiện nhất định cho giao tiếp phát triển.

**TẠI SAO?** để hiểu được nguyên nhân và kết quả, một trẻ cần học để biết được hành vi của nó tác động đến cái gì và cái gì sẽ xảy ra sau đó. Ví dụ: Bật công tắc đèn thì đèn sáng. Nếu trẻ đó không hiểu nguyên nhân và kết quả của hành động chúng làm thì nó có thể bị thúc đẩy sử dụng giao tiếp để làm việc nào đó. Như thế, chúng không cần phải hỏi hay nhờ trợ giúp của người lớn.

**MUỐN GÌ?** Mong muốn được giao tiếp, một trẻ cần thể hiện sự quan tâm đến người khác và hiểu là người đó có thể giúp trẻ được hay không. Nếu như người lớn thấy trước được nhu cầu của trẻ và đáp ứng, sẽ không có động cơ thúc đẩy trẻ giao tiếp. Việc lên kế hoạch hàng ngày sẽ khuyến khích tương tác giữa trẻ và người lớn, nếu thích hợp ta sử dụng cả giao tiếp bằng lời hoặc không lời.

**AI?** Giao tiếp giữa ai với ai. Giao tiếp cần có hai đối tượng, người nêu câu hỏi và người đáp. Luôn khơi mào cho trẻ giao tiếp thì tốt hơn là để trẻ chủ động đề xướng ra.

**THẾ NÀO?** Chủ đề để giao tiếp. Thoạt tiên, cần có sự quan tâm đến trẻ. Thức ăn, những món đồ chơi đúng sở thích, đoạn video có thể là điểm khởi đầu tốt. Biết được sở thích của trẻ, dùng những món đồ đúng sở thích để khuyến khích nhằm kích thích phát triển giai đoạn ban đầu của giao tiếp khá quan trọng này.

**BẰNG CÁCH NÀO?** Phương tiện để giao tiếp. Cha mẹ nào cũng muốn con mình biết nói nhưng con trẻ cần được học cách giao tiếp, chuyện trò và cần tác nhân kích thích để sử dụng phương tiện giao tiếp đã học. Các bé có thể phải cần những phương tiện giao tiếp không lời hay trực quan vào thời gian đầu. Ví dụ: điệu bộ, cử chỉ, biểu tượng, hình ảnh... Một khi tư duy phát triển, trẻ có thể sẵn sàng khởi sự học nói. Thậm chí hầu như tất cả trẻ biết nói cũng cần phát triển tư duy và khám phá phạm vi sử dụng phương tiện giao tiếp trong môi trường xã hội.

## **Các lý do để giao tiếp**

Có nhiều lý do để giao tiếp:

Trả lời:	Vâng, xin vui lòng/ Nó là chiếc xe hơi.
Yêu cầu:	Có bánh quy chứ? / Muốn gặp Thomas
Từ chối/ phản kháng:	Đi đi! / Không tắm !
Gây chú ý:	Mẹ ơi...!!!
Phê bình/ ý kiến:	Giống như con chó con.
Đưa thông tin:	Con ngã (té)rồi.
Tìm thông tin:	Bố đâu rồi?
Suy nghĩ và dàn xếp:	Sau khi uống trà, mình chơi game trên máy tính chứ?
Chia sẻ:	Nào hãy đi đến các cửa tiệm / Tôi thích kẹo Smarties (một loại kẹo sôcôla bọc đường)

### **BẢNG KIỂM TRA: Cách thức và lý do trẻ tự kỷ giao tiếp.**

Một số ví dụ về những hành động và lời nói của trẻ có.

<b>Cái gì đã xảy ra?</b>	<b>Không tương tác</b>	<b>Phản hồi</b>	<b>Yêu cầu</b>	<b>Phản kháng</b>	<b>Lôi kéo sự chú ý</b>	<b>Bình phẩm</b>	<b>Đưa ra thông tin</b>	<b>Tìm thông tin</b>
<b>1. 4 tuổi 3 tháng</b> <b>* Chơi trò tiệc trà với mẹ</b>	psh, psh.	Không	bạn	không		bổn Ở đó.  Trà dành cho bé.	Hết trà	
<b>2. 4 tuổi 6 tháng</b> <b>* Xem sách hình với bố</b>		1,2,3,4 1,2,3  con chó, con ngựa,	Có mấy con bò?				1,2,3,4 1,2,3  con chó, con ngựa,	Xem thử có bao nhiêu con bò. Con heo ngồi đâu? Henry nhìn bằng cách nào?
<b>3. 3 tuổi 5 tháng.</b> <b>Chơi đàn xylophone với mẹ</b>			Nắm tay mẹ gõ đàn. Nhìn mẹ đàn.	Nắm tay mẹ gõ đàn. Nhìn mẹ đàn.	Ngừng gõ đàn  Nằm lăn ra			

*\* Có video clip để minh họa*

### 2.3: Giao tiếp khác nhau ở người tự kỷ.

Hướng phát triển kỹ năng giao tiếp ở người có chứng tự kỷ khác nhau vì thực chất, sự phát triển của xã hội là cơ sở cho giao tiếp phát triển. Chính xã hội lại là phần cốt lõi của lĩnh vực vì mà người có chứng tự kỷ gặp khó khăn. Phát triển giao tiếp ở trẻ bị tự kỷ có thể muộn và chậm, có thể thấy được sự khập khiễng của phát triển đó trước mắt so với những phát triển khác.

Cả lý do và phương cách sử dụng giao tiếp ở trẻ tự kỷ cũng khác nhau. Chẳng hạn như một số từ hay câu nói không hề ăn nhập gì khi giao tiếp mà chỉ là sự lặp lại lời nói chúng nghe trước đó (nhại lời).

*" Rất lâu rồi, tôi không nhận ra là người nói thì cần phải có người nghe, Nhưng tôi thỉnh thoảng cảm thấy khó chịu rằng mình cũng cần được lắng nghe... khi mà sự yên lặng của mình bị phá vỡ... Khả năng nói vẫn còn là điều khó khăn đối với tôi và đôi khi không thể thực hiện được. Có lúc, tôi biết dùng những từ mà tôi muốn diễn đạt nhưng không thể diễn đạt bằng lời mà nếu có nói ra được thì lại không đúng.*

*Đôi lúc, khi cần nói thì tôi không thể nói, tôi thất vọng ghê gớm. Tôi muốn tổng quát mọi người, vứt bỏ mọi thứ và gào thét lên... Tên của người này người kia sao mà khó nhớ, tên của những vật gần giống nhau cũng khiến tôi rối tung lên. Cực kỳ khó khăn khi nhận ra những từ có âm trùng nhau. Thỉnh thoảng, tôi lập đi lập lại nhiều lần tên một từ nào đó vì làm như thế tôi cảm thấy an toàn hơn. Tôi bắt đầu lặp lại chính xác các cụm từ vì tôi đã nghe chúng. Tôi làm như vậy và chỉ hiểu được một hoặc hai từ trong cụm từ đó mà thôi."*

Therese Jolliffe

### Sự hiểu

Nếu người lớn dùng quá nhiều từ để nói, nói quá nhanh hoặc nhiều câu với nhiều ý sẽ gây khó khăn cho người có chứng tự kỷ hiểu được câu nói.

Câu chuyện:

Bố mẹ của Sally kể về việc làm thế nào đánh giá được mức độ hiểu thực sự của con gái họ. Hôm đó, Sally được xem truyền hình tại nhà. Ở bếp, bà mẹ gọi Sally: "Lúc này là lúc uống trà, Sally! con tắt tivi đi!". Sally, một cô bé lên bốn vui vẻ, biết vâng lời, nhìn về phía nhà bếp nhưng vẫn ngồi yên. Mẹ của cô vào phòng, lập đi lập lại câu lệnh trong khi tay chỉ vào ti vi. Sally đi và đứng bên cạnh ti vi, nhưng không tắt máy. Mẹ cô đi đến máy thu hình, chỉ vào bảng điều khiển và nói: "Sally, tắt ti vi đi!" Sally hiểu ý, tắt ti vi và được mẹ khen: "Giỏi, con gái mẹ, đến giờ uống trà nhé!"

Nghèo tư duy nghĩa là người bị chứng tự kỷ không hiểu người khác nói gì. Họ chỉ hiểu và trả lời ý nghĩa bên ngoài (nghĩa đen) của những gì nghe được thay vì hàm ý bên trong thông điệp. Họ không biết vận dụng ngữ cảnh để cảm nhận đúng những gì họ nghe.

Là người lớn, bạn cần phải: "giảm bớt ngôn ngữ" của bạn! Sử dụng những từ đơn giản, với cụm từ, cần điều chỉnh phù hợp với trình độ hiểu biết của trẻ. Chỉ trực tiếp vào những sự vật hay điều bạn đang nói hoặc sử dụng đồ dùng trực quan (vật thể, hình ảnh, biểu tượng) để giúp trẻ hiểu.

Một số trẻ bị tự kỷ ASD lại nhớ tốt và có khả năng lặp lại những cụm từ mà họ chúng không nhất thiết phải hiểu - điều này được gọi là sự nhại lời. Tuy nhiên, chúng có thể

thấy khó hơn để nhớ được ý nghĩa của những gì chúng nghe. Sử dụng một cách đơn giản, lặp đi lặp lại lời nói và hỗ trợ trực quan có thể giúp trẻ nhớ cách nói chuyện. Việc hỗ trợ trực quan luôn duy trì để nhắc nhở việc đề cập đến, không giống như lời nói chỉ nhất thời, sau đó không tồn tại nữa.

\* Câu chuyện:

Ross rất thích đến chơi ở ga xe lửa, cậu không thích đi siêu thị. Tuyến đường phát xuất đến hai nơi như nhau. Cha mẹ cậu luôn luôn nói về nơi họ sẽ đi trước khi họ rời nhà, nhưng Ross dường như không thể nhớ những gì ba mẹ nói và cậu ta bắt đầu nói về xe lửa ngay khi khởi hành. Cậu bé sau đó rất khó chịu khi đến siêu thị. Cha mẹ của cậu sớm nhận ra rằng mặc dù con họ đã hiểu lời giải thích của họ ở nhà, nhưng nó đã quên ngay, nơi họ đã đi qua nó chỉ công nhận các tuyến đường như đường đến nơi yêu thích của mình – đó là các nhà ga xe lửa. Mỗi lần đi, ba mẹ cậu bé làm biểu tượng của cả hai địa điểm và cho cậu cầm theo xe như một lời nhắc nhở về những nơi đó.

Khái quát hóa nghĩa là từ chuyển tình huống này đến tình huống khác có thể khó khăn đối với trẻ tự kỷ. Những từ đã học trong một tình huống nào đó có thể không được hiểu ở tình huống khác. Kém chức năng hiểu biết có thể gây ra sự nhầm lẫn với từ khóa có âm giống nhau trong ngữ cảnh khác nhau. Lời yêu cầu lịch sự và lời nói ẩn ý cũng có thể bị hiểu lầm.

\* Câu chuyện:

Peter, bốn tuổi, vào một buổi chiều ẩm ướt, đi từ vườn về nhà. Mẹ của Peter nói với cậu phải chà chân mình trên thảm chùi chân, bà thật ngạc nhiên khi cậu cất giày và vợ của mình rồi sau đó mới thực hiện những gì cậu nghe một cách chính xác !

## **Diễn đạt lời nói**

Không có phương tiện giao tiếp, trẻ tự kỷ có thể lâm vào tình trạng tuyệt vọng, với hệ quả của vấn đề về hành vi, trẻ có thể chú tâm tìm hành vi thích hợp nếu không học được cách nào để làm người khác quan tâm. Học cách để thay thế hệ thống giao tiếp bằng cách dùng hình ảnh hoặc dấu hiệu có thể giúp giải quyết cho trường hợp nói trên. Thế nhưng trẻ sẽ cần sự giúp đỡ để học đi học lại kỹ năng giao tiếp và có thể cần có động cơ thúc đẩy.

Giao tiếp về những điều trừu tượng, không cụ thể có thể gây khó cho trẻ tự kỷ; sự kiện ở quá khứ và tương lai có thể rất khó hiểu. Trẻ cần được giúp đỡ thêm để chuyển tải thông tin từ tình huống này sang tình huống khác. Ta có thể dùng hỗ trợ nhắc nhở bằng trực quan, như một bức ảnh của bà hoặc một tờ rơi quảng cáo có từ một chuyến đi chơi cuối tuần.

Ngay cả khi có được những kỹ năng ngôn ngữ khá tốt thì giao tiếp xã hội vẫn là kỹ năng khó khăn đối với người có chứng tự kỷ. Nó cũng là một trong Bộ ba khiếm khuyết. Bày tỏ cảm xúc và hiểu được quan điểm của người khác (Mù mờ tư duy) cần phải thực hành trong tình huống 'giả vờ'. Xã hội chat - chit (tán gẫu trên mạng) không phát triển dễ dàng với người có chứng tự kỷ. Người tán gẫu thường chỉ tập trung vào việc khai thác thông tin hoặc "nói cho có nói" về những sở thích đặc biệt của mình mà không cần người nghe có quan tâm hay không.

Luân phiên là nền tảng để xây dựng giao tiếp một cách thành công và có thể cần thực hành kỹ càng trong nhiều tình huống. Đọc thoại hay một chuỗi liên tục các câu hỏi cần phải được phát triển thành các kiểu hội thoại thích hợp hơn.

## **Cách kích thích giao tiếp**

Hãy "điều tra" và tìm ra được những món đồ con bạn thích, những món đồ này có thể là độc nhất hay một cái gì đó không bình thường. Bạn hãy chơi món đồ chơi đó gần trẻ và chờ cho trẻ quan tâm đến bạn và muốn tham gia trò chơi. Có thể để những món đồ này xa tầm tay chúng để kích thích vào nhu cầu giao tiếp với bạn để trẻ có được món đồ đó.

Đầu tiên, hãy ăn món ăn hấp dẫn và khoái khẩu trước mặt trẻ và đừng cho trẻ; hãy đáp ứng sự phấn khích nếu trẻ muốn tiếp cận món đó để ăn.

Chơi trò nhào lộn hay cù lét (cù) với trẻ. Dừng lại và chờ đợi xem có phản ứng gì ở con của bạn trước khi tiếp tục.

Đặt món đồ trẻ yêu thích bên trong một hộp nhựa để khuyến khích trẻ đến với bạn và "yêu cầu giúp đỡ " để mở hộp.

*"Cái khác biệt về ngôn ngữ của trẻ bị chứng tự kỷ là nó phản ánh được khả năng kém cảm nhận thức và sút kém mặt xã hội ... Trừ phi ngôn ngữ là chóp đỉnh của Tầng băng, chúng ta sẽ không thấy được những khó khăn tiềm ẩn trong trẻ. "*

Aarons và Gittens

## **Để dò tìm - hãy sử dụng 'Tàng băng'!**

Tại sao con bạn giao tiếp? Ở đâu, khi nào, với ai?

Làm sao để con của bạn giao tiếp? Không lời hay sử dụng lời nói?

### **GHI NHỚ**

Kỹ năng Giao tiếp có khác nhau đối với trẻ tự kỷ

Quan sát sự hiểu biết của đứa trẻ và sử dụng giao tiếp, không chỉ là lời nói suông!

## **Tàng băng giao tiếp**

### **BIỂU HIỆN (CÁI GÌ?)**

Không đáp ứng yêu cầu

Hứa hẹn khi tức giận

Phát cáu khi được bảo phải làm gì

Nói liên miên về một chủ đề nào đó

Lập lại mệnh lệnh mà không thực hiện

---

### **NGUYÊN NHÂN (TẠI SAO?)**

#### **RỐI LOẠN PHỔ TỰ KỶ**

Quá nhiều từ      Không hiểu

Thiếu khả năng hiểu biết về xã hội

Hiểu được chỉ một hoặc hai từ trong câu.

Thiếu khả năng hiểu lời nói

Không thể bày tỏ cảm xúc

Không khái quát được nghĩa một sự việc

## 3. LÀM VIỆC VỚI CON CỦA BẠN

*“ Dù cho con tôi hoàn toàn có thể nói được, song chúng tôi vẫn cố gắng đơn giản hóa ử dụng ngôn ngữ và nói tuần tự những điều sắp xảy ra cho cháu để hiểu ”*

### 3.1 Các kỹ thuật hữu ích hỗ trợ giảng dạy

#### Nhắc nhở

Nhắc nhở chính là cách giúp trẻ nhận biết chính xác những gì ta đề cập hay khuyến khích làm. Nhắc nhở cũng giúp việc dạy những kỹ năng mới và đảm bảo rằng những kỹ năng thích hợp sẽ được dạy ngay từ lúc đầu mà không mắc lỗi. Để có hiệu quả, nhắc nhở cần được sử dụng liên tục, nhất quán và có thể giảm dần dần vì sự tiến bộ của trẻ.

Có 3 dạng nhắc nhở chủ yếu: Cơ thể, trực quan và lời nói.

**Nhắc nhở (bằng) cơ thể** nghĩa là người lớn giúp trẻ ban đầu bằng chỉ dẫn dựa trên hành động tiếp xúc cụ thể để trẻ thực hiện công việc, ví dụ cầm tay trẻ làm gì đó. Nhắc nhở bằng cơ thể dễ dàng mất dần khi trẻ đã nắm bắt được kỹ năng. Có một điểm bất lợi cho nhắc nhở bằng hành động vì một số trẻ tự kỷ có thể chống đối việc động chạm thân thể, chúng không thích sự liên hệ tiếp xúc về mặt thể xác.

**Nhắc nhở trực quan** là việc sử dụng cử chỉ, điệu bộ, vật thể, hình ảnh, dấu hiệu hay chữ viết để giúp trẻ học và hiểu được. Phương pháp này nói chung rất hiệu quả vì bạn có thể sử dụng liên tục để gợi nhớ công việc hay nhiệm vụ của trẻ.

**Nhắc nhở dùng lời nói** là việc sử dụng các loại câu hỏi, lời bình phẩm hay lời giới thiệu dành cho trẻ tự kỷ hiểu lời nói, tuy nhiên cũng có một số hạn chế vì lời nói không tồn tại lâu dài. Ngoài ra, nhắc nhở bằng lời có bất lợi khi trẻ bị lệ thuộc cho nên chúng ta không thể giảm dần tần suất nhắc nhở để trẻ tự lập.

Nhắc nhở là phương pháp có lợi để giúp trẻ học về sự luân phiên. Với trẻ chưa biết nói, một lượt (trong luân phiên) có thể là một cái nhìn, một hành động trước khi phát triển lời nói. Nói chung, người lớn nên nhắc nhở 3 lần, sau đó nếu trẻ không có phản ứng gì thì làm mẫu cho chúng làm theo hay nói theo.

Vì trẻ học nên có thể giảm bớt nhắc nhở dần dần. Trẻ sẽ có chuyển biến mang tính tự lập. Nhắc nhở trực quan có thể giúp làm giảm sự lệ thuộc vào nhắc nhở dùng hành động hay lời nói. Trẻ tự kỷ có thể phải cần làm nhiều lần hơn nữa để phát triển ngôn ngữ, vì vậy biết chờ đợi trước khi nhắc lại hướng dẫn là vấn đề quan trọng.

#### Điều chỉnh ngôn ngữ của bạn

Trẻ với chứng tự kỷ có thể dễ dàng bị quá tải bởi quá nhiều ngôn ngữ, do đó, cách tốt nhất để giúp phát triển giao tiếp là: người lớn nói ít hơn! Điều chỉnh trong cách giao tiếp để phù hợp với trình độ hiểu biết của trẻ.



- Trẻ có đáp ứng lời nói hay chỉ đơn giản là tình huống gợi ý?
- Trẻ có trả lời chỉ một từ khóa trong câu?
- Trẻ có dựa vào gợi ý bằng trực quan (hình ảnh)?

Bạn có thể giúp trẻ bằng cách điều chỉnh cách thức mà BẠN giao tiếp.

### **Đầu tiên, sử dụng tên trẻ để lôi kéo sự chú ý**

Muốn trẻ hiểu mình nói gì thì cần phải có được sự chú ý của chúng. Trước tiên thì phải tập dùng tên của chúng cho quen và đừng tưởng rằng khi mình dùng từ "mọi người" thì chúng hiểu là chúng cũng bao gồm trong đó.

### **Đưa ra nhiều lựa chọn**

Bằng cách cho trẻ lựa chọn trong giới hạn như sử dụng các đồ vật, hay các biểu tượng, bạn có thể giúp trẻ hiểu mình muốn gì để trẻ đáp ứng được. Thay vì nói "Con muốn ăn gì nào?" thì bạn dùng câu nói trực quan và mang tính lựa chọn là: "Con ăn bánh quy hay táo ?"

### **Sử dụng từ "sau đó/rồi" để giúp trẻ hiểu được một chuỗi sự kiện.**

Một cách để giúp trẻ hiểu được khái niệm về thời gian và trình tự của sự kiện là sử dụng từ "sau đó/rồi" để liên kết những gì sẽ xảy ra, ví dụ như: "Minh mang giày vào, rồi mặc áo, rồi ra ngoài chơi nhé!."

### **Nói: "xong rồi" để giúp trẻ hiểu được thời lượng của sự kiện**

Không giống như từ "KHÔNG", "xong rồi" có cả hai nghĩa: tích cực và tiêu cực. Khen và thưởng trẻ khi hoàn tất một hoạt động, ví dụ như: "Giỏi lắm con trai ! ăn tối xong rồi, bây giờ mình ăn kem !". Một khi trẻ đã hiểu được từ với tình huống tích cực, bạn có thể sử dụng nó nhiều hơn với nghĩa tiêu cực để kết thúc các hoạt động hoặc hành vi mà mình không muốn có. Sử dụng lời nói cùng lúc với các dấu hiệu có thể có tác dụng tốt đối với một số trẻ và sẽ giúp chúng phát triển khái niệm về thời gian, có phản hồi đúng đắn để thay đổi các hoạt động.

### **Nói theo trình tự các sự việc sẽ xảy ra**

Trẻ có khả năng hiểu và làm việc theo một trình tự mà bạn đã cho nó biết. Ví dụ như: "Treo áo của con lên, sau đó lên xe, rồi đi bơi," hơn là: "Chúng ta sẽ đi bơi nếu con treo áo của bố/mẹ lên (giá móc áo) và lên xe đi. "

### **Nói cho trẻ biết phải làm gì, thay vì nói không được làm gì**

Sử dụng ngôn ngữ mang tính tích cực sẽ giúp con bạn phản ứng tích cực hơn ở các tình huống có khả năng gây ra vấn đề xấu. Tránh giận dữ và nói ra "KHÔNG", ví dụ: "Con hãy ngồi trên ghế!" hơn là nói: "Không được nhảy trên ghế, con làm hỏng nó bây giờ !"

## **Sử dụng phương pháp trực quan để trẻ hiểu**

Trẻ tự kỷ thiên về khả năng học trực quan. Vì vậy, chúng ta dùng hình ảnh để gợi ý sẽ giúp trẻ chóng hiểu vấn đề. Nói chung, giọng điệu của lời nói hoặc diễn tả bằng khuôn mặt không có hiệu quả lắm, thế nhưng cử chỉ, đồ vật và các biểu tượng có thể hỗ trợ thêm vào hướng dẫn bằng lời của bạn và cần nhắc đi nhắc lại nhiều lần để kiểm tra lại những gì bạn truyền đạt cho trẻ.

## **Khuyến khích giao tiếp mắt**

Gây được sự chú ý của trẻ và khuyến khích giao tiếp mắt sẽ giúp phát triển hai hướng: tương tác và giao tiếp. Tuy nhiên, đối với một số trẻ tự kỷ, giao tiếp mắt có thể gây căng thẳng hay thậm chí đau đớn. Vì thế chúng ta chủ trương làm được thì tốt chứ không nhất thiết phải cố cho bằng được.

## **Cần có thời gian và nhớ rằng phải biết chờ đợi**

Ngôn ngữ nói gây khó khăn đối với nhiều trẻ tự kỷ, bạn cần biết cách chờ đợi điều này xảy ra - đôi khi bạn đếm nhẩm cụ thể (năm, mười hoặc thậm chí hai mươi) để giúp bạn ghi nhớ việc chờ đợi và cho trẻ thêm thời gian.

## **Giảm ngôn ngữ của bạn**

Hãy thăm dò, xác định mức độ hiểu biết của trẻ, đơn giản hóa ngôn ngữ của riêng bạn cho phù hợp với trẻ. Đối với một số trẻ tự kỷ, ta dùng từ đơn, với số khác có thể là dùng những câu ngắn gọn. Vì mức độ hiểu biết của trẻ phát triển nên càng về sau, bạn có thể tăng thêm tính phức tạp trong việc dùng ngôn ngữ .

## **Khuyến khích luân phiên, chờ đến lượt. (turn-taking)**

Luân phiên là yếu tố cơ bản để tạo tương tác và giao tiếp, đây là một kỹ năng xã hội và yêu cầu có sự quan tâm đến những người khác. Trẻ tự kỷ thường cần phải được dạy cách chờ đến lượt (thay phiên) bằng lời nói hay không dùng lời nói. Có lẽ cần sử dụng động cơ thúc đẩy là đồ chơi hoặc các hoạt động nào đó. Điều quan trọng cần nhớ là thực tế trẻ tự kỷ nếu không có khả năng luân phiên với người lớn thì cũng không có khả năng ấy với trẻ cùng tuổi. Áp dụng ngắn gọn nhưng thường xuyên hàng ngày về thực hành kỹ năng luân phiên.

### 3-2: Chơi trò chơi tương tác

Tương tác là một hoạt động xã hội. Tương tác củng cố giao tiếp và học tập. Do trẻ tự kỷ có cách suy nghĩ khác với trẻ bình thường nên việc học hành và sự trải nghiệm trong đời sống của những trẻ này có thể không cần các hoạt động xã hội làm động cơ thúc đẩy.

#### Động cơ thúc đẩy và phần thưởng

Để khuyến khích trẻ có các hoạt động giao tiếp với mọi người, phần thưởng và động cơ thúc đẩy là 2 yếu tố cần thiết. Động cơ thúc đẩy đối với trẻ tự kỷ có thể khác thậm chí là độc nhất so với trẻ phát triển bình thường. Kẹo ngọt, những miếng dán có hình hoặc lời khen ngợi có thể không có tác dụng đặc biệt. Bạn cần tìm động cơ thúc đẩy khác, có thể rất độc đáo và rất riêng cho trẻ.

\* Câu chuyện:

Ben thích chạy nhảy trong các hành lang nhà mình, việc này làm phiền đến bố của cậu bé vì ông làm việc theo ca và ngủ vào ban ngày. Mẹ Ben biết cậu bị thích các cuộn giấy thiếc dùng để nấu nướng, vì vậy bà bỏ một số ống giấy đựng kem cũ cùng giấy gói nhiều màu, đặt tất cả trong thùng để ở cuối hành lang nhà. Sau đó, bà thuyết phục Ben ngồi và chơi với mình cùng ống giấy trong chốc lát để không phiền ba cậu .

Dùng phần thưởng có thể có hiệu quả nhằm kích thích trẻ tham gia vào các hoạt động hoặc ứng xử theo cách riêng. Vì thế, trẻ cần được phần thưởng ngay lập tức để chúng gắn kết được với các hoạt động này. Hay nhất là khen và thưởng đi đôi với nhau. Chúng ta sẽ đề cập ở phần sau về một bảng khen thưởng cụ thể.

#### Chia sẻ sự chú ý – quan tâm

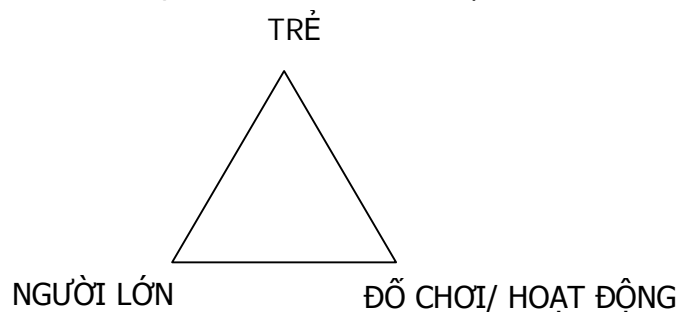
Tất cả các trẻ cần học biết chú ý đến thế giới xung quanh chúng và chia sẻ sự quan tâm với người khác. Khả năng tập trung và chú ý làm vững chắc sự tương tác và học tập.

Ở giai đoạn đầu của chia sẻ sự chú ý, trẻ có khả năng quan tâm đến đồ vật hoặc người, nhưng không phải cùng lúc có cả hai! Trò chơi đầu đời như "vòng quanh vườn"(trò chụp nhón tay) liên quan đến sự quan tâm cho cả hai chiều - người lớn và trẻ em cùng chia sẻ với nhau các hoạt động.

Trẻ < > đồ vật / đồ chơi

trẻ < > người lớn

Ở giai đoạn sau, trẻ có sự tham gia của yếu tố thứ ba, một người khác hay món đồ chơi nào đó vì đã phát triển sự quan tâm chia sẻ cho 3 phía.



## **Thói quen thường ngày là gì?**

Thói quen hàng ngày là một hoạt động được lặp đi lặp lại thường xuyên liên tục theo trình tự. Chúng ta làm việc theo thói quen cùng với nhiều hoạt động hàng ngày như nấu ăn, rửa, mặc quần áo, chơi trò chơi. Sử dụng thói quen hàng ngày có thể giúp trẻ tự kỷ học tập.

Thói quen (lịch trình) là dự kiến mọi loại các công việc theo từng bước nhỏ, tạo ra nhiều cơ hội cho trẻ đáp ứng và hòa nhập. Với một kế hoạch như một kịch bản, vai trò của trẻ và người lớn được hoạch định rõ ràng, sẽ làm gì và nói gì. Bằng cách lặp lại một lịch trình thường xuyên của bạn, trẻ có thể tự tìm hiểu và phát triển lên dần sau đó.

## **Dùng thói quen thế nào?**

Trẻ tự kỷ như một lịch trình/thói quen, chúng thích làm đi làm lại thật nhiều một sự việc, trong cùng một cách giống nhau. Người lớn sử dụng thói quen để giúp đỡ khuyến khích sự tương tác, giao tiếp và luân phiên với một người thân trong gia đình.

## **Trò chơi tương tác (tương tác giữa người và người) là gì?**

Chơi tương tác là một loại trò chơi có tính tương tác. Có liên quan đến 2 đối tượng: người lớn và trẻ em cùng luân phiên làm điều gì đó, thú vị với nhau, liên lạc và chia sẻ niềm vui với nhau.

- Các trò chơi này có sự quan tâm từ 2 phía. Tương tác giữa người lớn và trẻ em với nhau chỉ để mang lại sự vui nhộn.
- Các trò chơi nên ngắn gọn, thú vị và lặp đi lặp lại - có thể là một bài hát, trò xô đẩy nhào lộn hoặc cù lét.
- Hãy khởi sự chơi khi đã làm trẻ chú ý, quan tâm, gần gũi và có vẻ thích thú mình.
- Chơi các trò chơi thường xuyên, luôn luôn chơi theo cùng một cách để trẻ biết những quy luật.
- Khuyến khích trẻ tham gia và bắt đầu thay phiên nhau, dừng chơi và chờ đợi phản ứng - có thể là một động tác, một nụ cười hay lời nói.
- Giúp cho trẻ hiểu khi nào đến lượt mình bằng cách nói chậm, chờ đợi, lên giọng (nói) cũng là một phần của thói quen chơi.
- Hãy thử tự tạo những câu hát riêng của bạn bằng cách thêm tên của con bạn vào lời của một bài hát quen thuộc hoặc thêm từ ngữ của riêng bạn vào một đoạn nhạc phổ biến nào đó.

Việc lựa chọn trò chơi tùy thuộc vào nhận thức của trẻ đối với những người khác, tùy vào sự quan tâm và mức độ tiến triển của trẻ. Mục đích trò chơi là để khuyến khích con bạn biết chú ý đến bạn, biết tương tác, giao tiếp và luân phiên.

## **Ý tưởng cho các trò chơi.**

- Có trẻ không tập trung chú ý lâu, chúng vẫn có thể miễn cưỡng ngồi học nhưng thật ra đã mất tập trung. Bạn thử nghĩ ra một hành động nào để lôi kéo sự chú ý của chúng. Có thể là trò vật lộn, chọc lét hay chạy tới chạy lui...

- Đối với trẻ có thể đáp ứng không dùng lời nói, hãy thử một trò chơi có những hoạt động mà bạn có thể dừng lại, chờ một phản ứng về cơ thể, ví dụ như trò chơi với lời hát biểu lộ các động tác: “Chèo, nào chèo thuyền vào bờ, đầu, vai, đầu gối và ngón chân.
- Đối với trẻ mới biết nói, vốn từ ít, dừng hát (chơi) và chờ cho trẻ điền vào một từ. Thử hỏi, "Thêm nữa không?" hay "Một lần nữa chứ?" ở cuối mỗi lượt chơi. Sau đó, chờ cho trẻ lặp lại những từ xem như là yêu cầu cho bạn tiếp tục.
- Đối với trẻ nói tốt, sử dụng loại trò chơi cho phép chúng có thể dùng từ ngữ để tham gia hoặc nói yêu cầu các phần chơi tiếp theo. Hãy nhớ rằng bạn cho trẻ thời gian để xử lý và chờ chúng tham gia hoặc yêu cầu. Nếu chúng không phản hồi, chỉ cần cho qua lượt và tiếp tục chơi bình thường.

Sau khi đã thực hiện trò chơi thành công, bạn nên linh hoạt tạo nhiều cơ hội khác (biến tấu) để tránh trẻ hình thành một thói quen cố định với trò chơi.

Trò chơi tương tác nên:

- ngắn gọn
- vui nhộn.
- lặp đi lặp lại
- chia thành từng bước nhỏ
- tốt cho sự luân phiên.
- tạo động cơ thúc đẩy cho trẻ.

### **Phiếu thảo kế hoạch chơi tương tác**

Hành động được bạn chọn:.....

- Người lớn sẽ nói và làm gì?
- Trẻ có thể sẽ làm gì?(hay nói gì?)
- Tôi có thể nhấn mạnh từ hay hành động nào?
- Tôi có thể chờ đợi một phản ứng nào không? Lúc nào/ để làm gì?
- Tôi có thể khuyến khích thêm nhiều sự luân phiên không? Lúc nào/ cách nào?

## 4. Hỗ trợ trực quan và cấu trúc bài học.

*“ Chúng tôi hiểu rằng khi cháu nổi giận hay cáu gắt có nghĩa cháu không phải là đứa bé bướng bỉnh hay ngỗ nghịch mà do cháu thiếu khả năng thông hiểu mọi việc chung quanh. Chúng tôi cũng học được rằng “giận mất khôn” và để làm cho mọi thứ xấu hơn – hãy bình tĩnh đơn giản trong câu nói, kết quả sẽ tốt hơn”*

### 4.1: Chia sẻ các trò chơi tương tác.

Chương trình đến thăm các gia đình trong tuần đã cho các bạn tất cả những cơ hội để phát triển và thực hành các trò chơi tương tác với con của các bạn.

Xem lại các đoạn phim của các gia đình trong nhóm sẽ cho bạn mọi cơ hội có được kỹ thuật “lùi bước”, nhận xét và nhận dạng các chiến thuật khác nhau mà chúng ta sử dụng để giúp trẻ phát triển tương tác, giao tiếp và luân phiên.

Hãy nhớ rằng, một trò chơi tương tác cần có 2 mỗi tương tác. Bạn và con bạn cùng tương tác và thú vị, vui vẻ với trò chơi. Chia sẻ sự quan tâm, chú ý đến người khác là cơ sở để đạt sự thành công trong giao tiếp. Học được cách chờ đến lượt (phiên) của mình sẽ giúp tạo ra nền móng cho sự phát triển bộ ba trong lãnh vực giao tiếp xã hội và tương tác xã hội.

Duy trì sự phát huy và khai triển trò chơi tương tác, có thể chơi lâu hơn để có được nhiều kết quả hơn từ trẻ. Có thể đổi vai bạn với người lớn khác để khuyến khích trẻ có cái nhìn tổng quát hơn.

### 4.2: Hỗ trợ giao tiếp.

Trẻ tự kỷ có khả năng tốt trong khả năng nhìn (thị giác) nên việc hỗ trợ bằng trực quan sẽ giúp trẻ hiểu, giao tiếp và tạo được sự cảm nhận với thế giới chung quanh có hiệu quả hơn. Hỗ trợ trực quan cũng có thể sử dụng thêm trong giao tiếp cho trẻ biết nói hay cả đối với những trường hợp trẻ chưa biết nói. Việc hỗ trợ này có thể có tác động đến cả hai khả năng “hiểu” và “biểu đạt”. Không giống như nói, hỗ trợ bằng phương pháp trực quan không mang tính nhất thời, nó còn đọng lại để gợi nhắc và duy trì trong trí lâu hơn. Hỗ trợ trực quan có nhiều hình thức và có thể được lựa chọn để phù hợp với mỗi nhu cầu và các cấp độ hiểu khác nhau.

#### **Đồ vật và hình ảnh**

Khởi đầu, sử dụng đồ vật cụ thể minh họa sẽ tốt hơn dùng hình ảnh mang tính trừu tượng, khó hiểu hơn đối với trẻ.

- Chùm chìa khóa xe sẽ giúp trẻ biết mình không phải đang ở nhà.
- Một cái chén, các muỗng sẽ giúp trẻ hiểu rằng đã đến giờ ăn.
- Một quả bóng có thể giúp trẻ biết đã đến giờ ra ngoài chơi.

Hình chụp cũng có thể sử dụng trong trường hợp:

- Cho trẻ xem tấm ảnh chụp của bà trước chuyến đi thăm bà.
- Cho trẻ xem bức ảnh một nhà trẻ trước khi đưa trẻ đi nhà trẻ.
- Cho trẻ xem ảnh một siêu thị trước khi đi mua sắm.

Trước nhất, trợ giúp trẻ giao tiếp khi có nhu cầu, sau đó khuyến khích chúng mang một món đồ vật nào đó (hay tấm ảnh) đến cho bạn khi chúng cần thứ đó.

- Một hộp đựng đĩa DVD để nói lên nhu cầu muốn xem phim.
- Một cái ly khi trẻ muốn uống thứ gì đó.

Tuy nhiên, trẻ có chứng tự kỷ hay tập trung vào tiểu tiết nên một số trẻ có thể hiểu sai khi đồ vật hay hình ảnh dùng hỗ trợ khác so với cái mà (nhu cầu) chúng muốn.

\*Câu chuyện

Ở một nhà trẻ nọ, các giáo viên dùng một số đồ vật để giúp một bé gái chưa biết nói biết khi nào là giờ ăn ngọt. Họ dùng cái bánh làm bằng nhựa lấy trong số đồ chơi học tập để giúp cô bé hiểu và cô đến bàn ăn. Mọi việc rất tốt cho đến một ngày nọ, có sinh nhật của một bạn trong lớp, thật khó cho các giáo viên là phải tìm cho ra một chiếc bánh sinh nhật làm bằng nhựa vì không thể dùng chiếc bánh quy bằng nhựa !

Cậu bé Carl thường ăn món khoai tây chiên trong bịch. Bố mẹ cậu thường cho cậu xem tấm hình của loại này trước khi ăn. Một hôm, gia đình đưa cậu bé đến nhà người bạn, tại đây cậu đã nhất quyết không ăn khoai tây chiên (cùng loại) họ mời và cho rằng bị khoai tây chiên có bao bì và họa tiết không giống trong hình mà ba mẹ cậu thường cho cậu xem. Và có nghĩa mùi vị của nó cũng không giống thứ cậu đã quen ăn.

## Ghi nhãn

Chúng ta gán tên (dán nhãn) lên những đồ vật hay những nơi sinh hoạt để giúp trẻ biết. Một khi trẻ bắt đầu có sự liên hệ giữa các biểu tượng với đồ vật hay nơi nào đó, một biểu tượng giống hệt đồ vật có thể cho trẻ thấy được chúng muốn thứ gì hay muốn đi đến đâu. Điều quan trọng là phải sử dụng biểu tượng mang đầy đủ ý nghĩa với trẻ. Bạn phải chờ cho trẻ nhận diện tốt rồi mới giới thiệu cho trẻ học biểu tượng khác.

## Yêu cầu

Giống như cách dạy trẻ bình thường về các yêu cầu chúng muốn bằng cách đặt câu hỏi, chúng ta cũng dạy trẻ tự kỷ biết trao đổi các biểu tượng để muốn có cái chúng thích như bằng một hệ thống cấu trúc được gọi là **Hệ thống giao tiếp Trao đổi hình**. Trẻ có thể học cách liên đới lời nói với đồ vật chúng muốn có và biểu tượng đại diện. Đồng thời, chúng cũng học kỹ năng cơ bản của giao tiếp. PECS rất có hiệu quả nếu chúng ta áp dụng một cách có hệ thống và PECS giúp trẻ biết nói phát triển ngôn ngữ thêm sau vài tháng sử dụng.

## **PECS: Hệ thống giao tiếp trao đổi hình (Pictures Exchange Communication System)**

Trẻ bị rối loạn phổ tự kỷ gặp khó khăn rất lớn trong việc hiểu và sử dụng ngôn ngữ để bày tỏ các ý tưởng của bản thân. Một khó khăn quan trọng khác mà các trẻ này phải đối mặt đó là cách ứng xử trong các tình huống xã giao. Hầu hết các tình huống này thuộc về lĩnh vực ngôn ngữ. Vì thế, khó khăn càng nhân đôi đối với trẻ tự kỷ. Ban đầu, chúng có thể gặp những khó khăn trong tương tác với người khác.

Phương pháp PECS được phát triển ở Mỹ do Giáo sư Andrew Bondy (nhà tâm lý học) và Lori Frost (Bác sĩ chuyên khoa về khuyết tật ngôn ngữ nói). Hai ông đã làm việc với các trẻ tự kỷ ở tiểu bang Delaware, Mỹ. Hệ thống giao tiếp trao đổi hình là công cụ được phát triển cho phép trẻ giao tiếp không lời có thể giao tiếp và thể hiện nhu cầu của chúng với người khác ở nhà, tại trường và mọi nơi trong cộng đồng.

### **PECS là gì?**

- PECS là viết tắt của "Pictures Exchange Communication System"
- PECS dạy trẻ biết trao đổi một biểu tượng của việc mà chúng muốn có
- PECS dạy trẻ bắt đầu làm quen với tương tác xã hội
- PECS có thể được tiếp thu nhanh chóng
- PECS sử dụng biểu tượng/ hình ảnh/ đồ vật
- PECS dạy trẻ bày tỏ ý muốn, nhu cầu và tăng thêm tính tự lập
- PECS giúp giảm thiểu các vấn đề về hành vi
- PECS trợ giúp và tạo điều kiện cho phát triển ngôn ngữ nói.

### **PECS làm việc thế nào ?**

- ❖ PECS được phân thành 6 (sáu) giai đoạn rõ rệt
- ❖ Bắt đầu bằng việc tìm ra những món mà trẻ thích và quan tâm. Có thể là thức ăn, thức uống, đồ chơi hoặc sách vở, sở thích tùy thuộc riêng từng trẻ.
- ❖ Tạo ra một biểu tượng (hay tấm hình, món đồ vật) tượng trưng cho sự việc hay vật mà chúng muốn.
- ❖ Ba/mẹ cho trẻ thấy món đồ mà chúng muốn (trong im lặng), nhưng để ngoài tầm tay chúng. Đồng thời chia tay ra nhắc chúng (nhắc trẻ đưa biểu tượng). Biểu tượng giống và đại diện cho món đồ đó phải đặt gần trẻ.
- ❖ Ban đầu, trẻ sẽ được nhắc nhở bằng 'cơ thể' - nhờ 1 người khác đứng sau trẻ trợ giúp (cầm tay trẻ)- để chọn lấy biểu tượng đại diện cho cái trẻ thích và đưa cho ba/mẹ.
- ❖ Sau đó, ba/mẹ nói (ví dụ): "Kẹo" hay "ăn kẹo" là món trẻ thích được trao đổi bằng biểu tượng của nó (hay là hình ảnh), đồng thời ba/ mẹ lấy biểu tượng /hình ảnh trẻ đưa và trao cho trẻ vật chúng muốn.
- ❖ Sẽ không cần bảo trẻ phải làm gì, không hỏi trẻ muốn gì, không bảo trẻ lấy biểu tượng. Tất cả việc nhắc nhở đều thông qua trực quan và cơ thể. Người lớn chỉ nói tên món đồ (hay sự việc) khi trao món đồ trẻ muốn lấy biểu tượng.
- ❖ Trẻ học được cách trao đổi biểu tượng của vật chúng muốn để lấy vật chúng muốn.



- ❖ Sự nhắc nhở bằng trợ giúp thông qua “cơ thể” (của người thứ 2) sẽ được giảm dần tần suất.
- ❖ Trẻ sẽ dần dần trở nên độc lập, không lệ thuộc vào sự nhắc nhở của người lớn và học biết được giao tiếp chính là tiến trình 2 chiều: một kỹ năng quan trọng có thể được hình thành ở cấp lớp cao hơn !

### **Bước kế tiếp là gì?**

- Giai đoạn kế tiếp, PECS dạy trẻ với một phương pháp có cấu trúc tỉ mỉ:
  - Tìm một người náo đó để trao biểu tượng cho.
  - Phân biệt rõ ràng giữa các biểu tượng.
  - Tạo ra những câu đơn giản để phát triển ý tưởng về cái mà trẻ có thể giao tiếp.
- Phương pháp PECS dễ dàng cho phụ huynh, giáo viên sử dụng, không cần trang thiết bị, máy móc tốn kém. Chỉ cần khóa học căn bản 2 ngày là đủ để triển khai phương pháp PECS.

### **Sự khác nhau là gì?**

- Trẻ sử dụng phương pháp PECS có nhiều động lực để học cách có được cái chúng muốn. Trẻ tự kỷ luôn có động cơ thúc đẩy bằng những phần thưởng cụ thể như thức ăn hay món đồ chơi yêu thích.
- PECS sử dụng tài liệu trực quan để dạy trẻ rằng giao tiếp chính là việc có ích lợi.

### **Bạn có thể tìm hiểu thêm PECS ở đâu?**

Thông tin về phương pháp PECS (ở Anh):

Pyramid Educational Consultants UK Ltd

Pavilion House

6 Old Steine Brighton BN1 1EJ

Tel: 44 (0)1273 609555

Fax: 44 (0)1273 609556

Email: [pyramid@pecs.org.uk](mailto:pyramid@pecs.org.uk)

Website: [www.pecs.org.uk](http://www.pecs.org.uk)

### **Trình bày nhu cầu**

Một khi con bạn bắt đầu hiểu một số các biểu tượng và cách thức giao tiếp theo tiến trình, ta nên khuyến khích trẻ bày tỏ thêm những nhu cầu khác. Ở phần sau, trẻ có thể học cách bình phẩm, đưa thông tin và tìm kiếm thông tin bằng cách dùng một **hệ thống biểu tượng**.

### **4.3: Hỗ trợ bằng phương pháp trực quan**

Mọi người chúng ta sử dụng hỗ trợ trực quan để chúng ta có thể thực hiện các chức năng một cách độc lập như nhật ký, biển báo giao thông, các dấu hiệu ở khu vực công cộng. Đối với trẻ tự kỷ, đây chính là công cụ hữu ích giúp chúng hiểu và thiết lập cảm nhận thế giới chung quanh.

Hỗ trợ trực quan có thể giúp trẻ tự kỷ giữ được bình tĩnh và độc lập trong cả ngày nhờ sự được cung cấp một môi trường có cấu trúc, sắp đặt, và có kế hoạch trước. Hỗ trợ trực quan cũng được sử dụng giúp trẻ biết được chuỗi tuần tự các sự kiện diễn ra, ví dụ: thức dậy, vệ sinh các nhân, mặc quần áo,... và đến trường hoặc sinh hoạt của trẻ trong suốt một ngày, vd: đi trẻ sau đó đến nhà ông bà kể đến là về nhà.

#### **Trình tự các sinh hoạt**

Biểu tượng diễn biến các sự kiện theo trình tự thời gian khuyến khích trẻ thực hiện sinh hoạt thông qua thói quen hàng ngày hoặc sinh hoạt cá nhân của trẻ (tự làm) như mặc quần áo. Chúng ta có thể gắn biểu tượng này trên vách ngay nơi có sinh hoạt xảy ra hoặc để trẻ mang theo bên mình. (Là một hệ thống biểu tượng hay hình ảnh mô tả sinh hoạt hay hoạt động theo trình tự thời gian ta muốn trẻ thực hiện – chú thích người dịch). Ta có thể dùng loại băng khóa nhám - Velcro (khóa dán, gồm có hai dải băng sợi nilông, một nhám, một trơn, khi ép lại sẽ dính chặt vào nhau, khi kéo mạnh thì rời nhau, hay dùng dính vào làm quai giày dép) dán sau biểu tượng giúp trẻ biết được hoạt động nào đã kết thúc. Một phần trong hệ thống biểu tượng sẽ được gỡ đi và cất vào trong hộp đựng các biểu tượng đại diện cho các hoạt động đã kết thúc.

#### **Thời khóa biểu**

Việc sử dụng thời khóa biểu trực quan có thể giúp trẻ hiểu những gì sắp xảy đến theo dòng thời gian. Có thể là một khoảng thời gian trong ngày, cả ngày hay thậm chí cho một tuần tới. Mỗi trẻ có riêng một thời khóa biểu, có thể là bức ảnh chụp, bảng ghi tên trẻ hay bảng kẻ ô có màu sắc đại diện cho từng sự kiện hay hoạt động. Hệ thống các biểu tượng/ dấu hiệu nên trình bày từ trên xuống dưới hay từ trái qua phải.

Trước tiên, chỉ cần tạo 2 biểu tượng trên thời khóa biểu nhằm mục đích ghi được sinh hoạt cho cả ngày/ tuần. Chúng ta sẽ dạy trẻ biết cách kiểm tra thời khóa biểu, tìm biểu tượng nào nói lên hoạt động/ sinh hoạt sắp đến và kết thúc hoạt động đó. Sau đó, tốt hơn là để bản thân trẻ tự kiểm tra biểu tượng kế tiếp. Một số trẻ có thể sử dụng loại thời khóa biểu "gọn nhẹ" bỏ túi bằng cách đánh dấu kiểm vào danh sách công việc cho một ngày. Sử dụng cấu trúc trực quan như thế tạo điều kiện cho trẻ thay đổi môi trường học từ nhà đến trường, từ lớp này sang lớp khác, từ trường này qua trường khác, trong công việc làm sau này và tự lập trong môi trường sinh hoạt thường ngày.

#### **Lực chọn**

Biểu tượng có thể sử dụng gợi ý cho trẻ lựa chọn. Một khi trẻ đã hiểu được số lượng các biểu tượng, chúng ta cho trẻ thấy 2 biểu tượng nào đó đồng thời cũng nhắc trẻ chọn cái trẻ thích hơn. Bằng phương pháp cho lực chọn biểu tượng đại diện và để xa tầm tay trẻ đồ vật/ đồ chơi trẻ thích, đồng thời món đồ bạn cho con bạn là món trẻ rất thích thì điều này sẽ kích thích mạnh cho trẻ giao tiếp. Bảng lực chọn cũng dùng cho

việc chơi đùa, những hoạt động trẻ thích. Ta khuyến khích trẻ lựa chọn một hoạt động hay hơn là áp đặt trẻ một hoạt động cứ lặp đi lặp lại. Bạn có thể chọn hoạt động nào dễ dàng thực hiện và có thể đưa lên bảng lựa chọn của trẻ. Như thế ta giúp trẻ thực hiện với thời gian hợp lý hơn, tạo ra sự lựa chọn và tránh được hành vi lặp đi lặp lại theo khuôn mẫu không đúng mức.

### **Chuẩn bị cho sự thay đổi**

Người có chứng tự kỷ khó chấp nhận sự thay đổi vì khiếm khuyết trí tưởng tượng và khả năng linh hoạt trong tư duy. Chúng ta có thể giúp trẻ tự kỷ thích nghi với sự thay đổi bằng hỗ trợ trực quan. Nhờ đó, chúng hiểu được điều gì đang diễn ra và điều gì sắp xảy ra. Khi trẻ đã quen thuộc với cấu trúc trực quan, chúng ta có thể tạo sự thay đổi dần dần. Có thể dùng biểu tượng diễn đạt ý "bất ngờ" hay "điều chưa biết" để cho trẻ biết sắp có một sự kiện/ hoạt động khác xảy ra nhưng chưa biết nó thế nào. Nếu bạn dạy trẻ hiểu và chấp nhận những thay đổi một cách từ từ thì sau đó, khi có thay đổi không biết trước trong cuộc sống, trẻ sẽ được chuẩn bị tốt hơn để hiểu và đối phó với những thay đổi đó.

\* Câu chuyện:

Bryn rất thích đi hồ bơi với ông mỗi thứ sáu trong tuần. Tuần nào cũng vậy, mẹ cậu gắn vào lịch của gia đình ảnh chụp hồ bơi nơi cậu và ông hay đi. Vào thứ năm tuần này, ông bị ốm nên không thể đi bơi được. Mẹ cậu đã cho cậu xem lịch sinh hoạt tuần trước khi cậu đi ngủ. Mẹ Bryn đã gạch một dấu thập bằng mực đỏ lên bức ảnh hồ bơi và thay vào là một bức ảnh công viên nơi cậu rất thích đến chơi. Nhờ vậy, khi Bryn thức dậy sáng thứ sáu, cậu ta đã có sự chuẩn bị cho việc đi chơi ở công viên (thay vì đi hồ bơi như mọi khi) và cậu đi với mẹ cậu một cách vui vẻ.

### **Không gian và thời gian**

Sử dụng cấu trúc trực quan cũng giúp trẻ hiểu thế nào là ranh giới vật lý (về không gian). Ví dụ: một chiếc chiếu để ngồi khi chơi hay miếng vải lót đĩa ăn khi ăn.

\* Câu chuyện:

Yusaf rất thích xem những phim video cậu ưa thích. Nhưng khi xem, cậu lại ngồi quá gần màn hình TV. Để giải quyết vấn đề trên, mẹ cậu bé mua một tấm thảm vuông nhỏ cho cậu và đặt tấm thảm gần màn hình TV. Mẹ cậu bảo cậu ngồi lên thảm mỗi khi xem video. Mỗi lần cậu xem phim, mẹ cậu lại dời tấm thảm một chút xa hơn và cứ thế đạt đến một khoảng cách an toàn cho cậu bé xem TV.

Nhận thức được thời gian, quá khứ, hiện tại và tương lai thật không dễ đối với trẻ nhỏ, nhất là đối với trẻ tự kỷ, những trẻ gặp nhiều khó khăn về cảm nhận thời gian trôi qua như thế nào, đứng trước giới hạn của thời gian và không ước lượng được khi nào hoạt động sẽ kết thúc, hay khi nào công việc sẽ hoàn tất. Thời gian, cũng như lời nói, là một cái gì đó không thấy được, trừu tượng. Cách tốt nhất để dạy trẻ cảm nhận về thời gian là dùng cấu trúc trực quan để diễn tả thời gian thông qua thời khóa biểu hay bảng lịch trình công việc. Chúng ta chia thời gian theo ngày hay một nửa (1/2) ngày ra thành từng phần nhỏ hơn để trẻ có thể hình dung được. Để giúp trẻ hiểu thêm, chúng ta có thể dùng lời nói hay trực quan về lúc chấm dứt cũng như lúc bắt

đầu của mỗi hoạt động, ví dụ: "**Trước hết** là mặc áo quần, **rồi** đi mua sắm, **sau đó** trở về nhà lại để ăn trưa".

Có nhiều gia đình dùng đồng hồ đếm giây hay đồng hồ báo thức giúp trẻ biết thế nào là ràng buộc thời gian, biết được hoạt động bắt đầu và kết thúc thế nào, lúc nào.

\*Câu chuyện:

Cally thích nhảy nhót trên giường của bố mẹ mỗi khi mẹ cô bé chuẩn bị tắm cho cô. Tuy nhiên, cứ đến lúc phải ngưng nhảy và vào phòng tắm thì cô bé cảm thấy đau khổ và điều này đã khiến Cally khó ngủ. Mẹ Cally lấy đồng hồ đếm giây dùng trong bếp và cài đặt khoảng thời gian là 5 phút rồi nói với cô bé rằng khi đồng hồ reo là đã đến lúc con không nhảy nữa.

Người có chứng tự kỷ phù hợp với việc học tập trực quan. Hỗ trợ trực quan giúp họ hiểu môi trường chung quanh và tạo ra sự phụ thuộc. Cấu trúc trực quan có thể giúp họ bình tĩnh và độc lập hơn. Bạn có thể sử dụng cấu trúc trực quan để dạy trẻ tự kỷ để giúp trẻ thích ứng linh hoạt với sự thay đổi. Trước tiên, trẻ cần phải học và hiểu về hệ thống các hoạt động/ sự việc. Sau đó, bạn hãy dạy cho trẻ về sự lựa chọn và sự thay đổi.

Trẻ tự kỷ có khả năng đương đầu với tính linh hoạt và sự thay đổi nếu chúng được chuẩn bị trước.

## **Tính khả thi**

Biểu tượng hình tạo nên bằng những nét vẽ và thường có chữ viết bên dưới. Có thể vẽ với mọi kích cỡ tùy theo mục đích sử dụng cho nơi nào, để làm gì. Dùng biểu tượng trưng cho một khu vực/ nơi chốn hay đồ vật thì sử dụng hình vẽ lớn. Dùng cho thời khóa biểu thì trung bình và dùng là biểu tượng giao tiếp (trong cuốn sách) thì chỉ cỡ nhỏ.

Có nhiều bộ hình vẽ biểu tượng có bán sẵn nhưng bạn cũng có thể tự vẽ lấy, nhất là khi bạn cần có những hình vẽ đặc biệt để dùng ngay. Khi bạn chọn biểu tượng, hãy chọn từ quen thuộc mà trẻ hay dùng, điều này quan trọng cho bạn và trẻ. Đừng ngại sử dụng biểu tượng, đồ vật, hình chụp hay bức vẽ có tính "pha trộn". Bạn hãy làm bất cứ điều gì để giúp trẻ hiểu các nhu cầu của chúng về thói quen và giao tiếp.

HÃY NHỚ về yết tố tập trung vào chi tiết của trẻ.

Trường học hay các chuyên gia trị liệu ngôn ngữ của trẻ cũng có thể cung cấp các biểu tượng. Winslow Press là nhà cung cấp các loại sản phẩm hình vẽ biểu tượng/ dấu hiệu. Bạn hãy tham khảo thêm ở địa chỉ : [www.dotolearn.com](http://www.dotolearn.com)

## **Hỗ trợ trực quan: Phiếu ghi nhận**

- 1) Loại hỗ trợ trực quan nào có hiệu quả đối với trẻ?  
(Đồ vật, hình chụp, dấu hiệu, chữ viết)

- 2) Bạn tiếp thu được ý tưởng gì trong phần này?

## 5. Ngăn chặn các vấn đề và phát triển các thói quen chơi đùa

### 5-1: Khả năng đọc chữ trôi chảy (nhưng không hiểu) và việc dùng sách.

Một số trẻ bị chứng tự kỷ có khả năng gọi là 'hyperlexic', nghĩa là chúng có thể nhận và đọc ra các từ rất sớm dù chưa học chữ. Khả năng này có thể xuất hiện cả ở trẻ chưa biết nói. Đôi khi bạn có thể giúp những trẻ kém về ngôn ngữ hoặc chưa có ngôn ngữ tiếp xúc với chữ viết để phát triển lời nói.

Tuy nhiên, nhiều khi kỹ năng nhận dạng từ của trẻ lại phát triển không cân xứng với khả năng hiểu những gì trẻ đang đọc. Nhưng đây lại là lợi thế dùng để phát triển giao tiếp bằng cách gán tên gọi cho các khu vực và các đồ vật hay bằng cách cùng trẻ đọc sách. Sử dụng chữ viết (không được dùng toàn chữ hoa) bên dưới những hình ảnh và biểu tượng giúp trẻ liên kết được ý nghĩa của biểu tượng và từ chỉ sự vật đó.

Việc sử dụng sách với trẻ là cách đơn giản và ít tốn kém. Dùng sách giúp bạn nhận và chia sẻ sự chú ý của trẻ. Bạn có thể dùng các loại sách có hình ảnh của các loại thú cưng trong nhà, các thành viên trong gia đình, cô giáo của trẻ để giúp trẻ nhận diện người thân và những khu vực sinh hoạt cần thiết.

Tạo ra những quyển sách thu hút sự quan tâm đặc biệt của trẻ, ví dụ như nhân vật Thomas the Tank Engine, truyện gấu bông Teddy, sẽ thêm động lực cho trẻ cùng xem sách với bạn. Việc thêm các chữ viết dưới các hình ảnh là một ý hay, ngay cả đối với trẻ mà bạn nghĩ rằng nó không thể đọc được gì.

Ta nên khuyến khích trẻ biết nói đưa ra ý muốn để bức ảnh nào vào sách, đối với trẻ chưa biết nói ta có thể để trẻ lựa chọn.

Khi trẻ phát triển, chúng cũng thay đổi mỗi quan tâm, vì thế ta nên tạo ra những quyển sách có thể thêm được những trang mới. Bạn có thể dành một số trang trắng để trẻ có thể vẽ những gì chúng thích. Những hình ảnh hay họa tiết trẻ thích cũng nên được đưa vào nếu tạo được hứng thú cho trẻ.

Việc bạn và trẻ cùng nhìn vào sách sẽ tạo ra nhiều cơ hội để chia sẻ, nói về những ảnh trong đó và tạo cơ hội luân phiên. Chỉ vào hình và những từ mà bạn đã gán vào. Khuyến khích trẻ xem và chỉ vào ảnh hay chữ, giúp trẻ (nắm tay trẻ) chỉ vào hình ảnh hay chữ trong sách.

### 5-2: Bộ 5 chữ P

Lập kế hoạch (Planning), kiên nhẫn (Perseverance) đem lại kết quả (Produce), Tiến bộ với (Progress) với nhiều vấn đề (Problems)!

Cách hiệu quả nhất để xử lý các vấn đề về hành vi là sử dụng kiến thức bạn biết về chứng tự kỷ và giao tiếp. Đồng thời để ngăn chặn các vấn đề xuất hiện bằng cách tiến hành nhiều việc khác nhau.

Với những trẻ phát triển điển hình, bạn sẽ hạn chế tình huống có thể gây khó khăn, như việc chờ đợi. Bạn sẽ dời đồ vật xa khỏi tầm tay trẻ để tránh việc phải liên tục nói với chúng là không được động vào. Đối với trẻ bị tự kỷ, thay đổi môi trường nghĩa là tìm cách để bù đắp trẻ những khác biệt cơ bản, góp phần cải thiện hành vi của trẻ.

Cụ thể là bố trí lại vật dụng, đồ đạc trong nhà, cất đi những món đồ chơi ảnh hưởng không tốt cho trẻ để trẻ ngủ tốt hơn, tránh được những phiền nhiễu từ TV và máy tính khi trong giờ ăn hoặc lúc bạn đang dạy các kỹ năng mới cho trẻ...

Hỗ trợ bằng phương pháp trực quan và cấu trúc sẽ làm giảm bớt lo lắng, hoang mang và sẽ giúp trẻ biết được việc gì sắp xảy ra.

Vận dụng những kiến thức về tự kỷ và giao tiếp sẽ giúp bạn lập kế hoạch trước cho các tình huống có thể gây khó khăn cho trẻ, thêm nhiều khả năng để tránh xảy ra các vấn đề hành vi của trẻ. Các tình huống mới, đặc biệt là các tình huống xã hội có nhiều khả năng sẽ gây căng thẳng cho trẻ. Vì thế, việc lập kế hoạch và chuẩn bị trước là cần thiết. Bạn cần kiên nhẫn chờ cả ngày, cả tuần hoặc thậm chí cả tháng để thấy sự tiến bộ về hành vi của trẻ. Ở những trường hợp khó hơn, bạn cứ bền bỉ chờ đợi, đừng nản chí!

Trẻ bị tự kỷ cần được giúp để học cách "cho" và "xin" trong tương tác ngoài xã hội và đời sống gia đình. Con bạn có thể cố để có những thứ theo cách riêng của chúng bằng cách quá thụ động, hoặc quá tăng động. Bạn cần xác định sự quân bình, bạn sẽ dạy các quy tắc xã hội mà các trẻ khác học bằng bản năng. Sử dụng cấu trúc, đặt ra giới hạn, sử dụng thói quen để giúp trẻ học hỏi - nhưng không cho phép trẻ bị những thói quen ám ảnh (nhập tâm). Lên kế hoạch tạo ra nhiều cơ hội với tính linh hoạt và kiên nhẫn.

### **Gợi ý khái quát để phòng các vấn đề nảy sinh.**

Hiểu về chứng tự kỷ - sử dụng những gì bạn đã học về các yếu tố cơ bản của chứng tự kỷ và hiểu người bị tự kỷ trải nghiệm thế giới như thế nào.

Dùng phần thưởng và động cơ kích thích để khuyến khích trẻ. Nếu càng khen thưởng nhiều về hành vi nào đó thì hành vi đó có nhiều khả năng lặp lại. Hãy nhớ dùng bất cứ điều gì thúc đẩy trẻ cũng được cho dù điều đó có thể bất bình thường!

\* Câu chuyện:

Agneta vừa mới theo học lớp mầm non. Các trẻ khác đều phản ứng tích cực khi Bà Brown khen ngợi chúng biết ngoan ngoãn về việc giữ yên lặng khi ngồi trên thảm. Riêng Agneta thì có thái độ không quan tâm đến lời khen và tiếp tục chạy quanh lớp, nhưng khi bà Brown khuyến khích cô bé bằng cách đưa ra một miếng Blu-tack (chất dính dẻo để nhào nặn, tựa như đất sét) thì cô bé vui vẻ chơi và ngoan ngoãn đến ngồi cùng các bạn khác.

Sẽ hiệu quả hơn nữa khi có ngay phần thưởng cho trẻ, sau đó bạn có thể cho trẻ thêm những phần thưởng có tính lâu dài như những miếng dán có hình hay các đồ vật lưu niệm.

Dùng từ "xong rồi" khi gặp phải tình huống khó. Khởi sự một cách tích cực để chắc rằng trẻ hiểu các khái niệm trước khi sử dụng các từ trong một ngữ cảnh tiêu cực.

\* Câu chuyện:

Mẹ của Mehmet bắt đầu nói chữ "xong rồi" với cậu bé khi ở nhà, khen ngợi cậu vì đã xong bữa tối của mình, nói với cậu rằng các hoạt động đã hoàn tất.v.v.. Lần sau, họ đi chơi công viên, cậu thường chơi cầu tuột trong công viên. Mỗi khi cậu không muốn bước xuống cầu tuột, mẹ cậu nói " hết giờ chơi cầu tuột" bây giờ là lúc "về nhà" thế là cậu rời cầu tuột và lên xe đẩy của mình mà không làm mình làm mẩy gì cả!

- Sử dụng cấu trúc trực quan để giúp trẻ hiểu những gì đang xảy ra, khi nào sẽ kết thúc và những gì sẽ xảy ra kế tiếp.
- Giảm bớt lời nói của bạn. Sử dụng ngôn ngữ đơn giản, rõ ràng, chính xác và phù hợp với mức hiểu biết của trẻ.
- Chia thành từng phần nhỏ, đơn giản, dễ hiểu để dạy những kỹ năng mới cho trẻ để giúp trẻ học hỏi.
- Sử dụng phương pháp mắc xích ngược để trẻ luôn làm đạt mọi việc.

\* Câu chuyện:

Cậu bé Tarin có khả năng tự mình mặc áo quần, nhưng cậu thường không muốn làm việc này vào buổi sáng khi chuẩn bị đi nhà trẻ nếu như không có tình huống đặc biệt nào đó kích thích cậu. Bố cậu quyết định dùng phương pháp 'mắc xích ngược'. Bố cậu mặc quần áo cho cậu nhưng để dở dang, không hoàn chỉnh và để mặc cho cậu tự hoàn thành tiếp. Sau đó, cậu được thưởng mười phút chơi game trên máy tính. Dần dần, bố cậu giảm bớt phần công việc của ông làm cho cậu trong khi tăng dần phần việc cậu tự làm. Sau một tháng, Tarin đã hoàn toàn mặc được quần áo một mình. Cậu vẫn được thưởng năm phút chơi trên máy tính và bố Tarin thấy yên tâm khi cậu ở nhà trẻ.

Dùng việc nhắc nhở để giúp trẻ học các kỹ năng mới, nhớ giảm dần dần tần suất càng sớm càng tốt. Hãy dạy các bài cho trẻ trong thời gian ngắn nhất với chất lượng cao nhất và liên tục.

\* Câu chuyện:

Mẹ của Mike đã làm đủ cách để khuyến khích cậu chịu đi mua sắm ở siêu thị. Một hôm, mẹ và cậu đã hoàn tất danh sách mua sắm gồm 6 món hàng, cậu bé Mike ngoan ngoãn và vui vẻ, vì vậy mẹ cậu quyết định ngó qua dây hàng bán đĩa DVD trước khi rời cửa hàng. Tuy nhiên, Mike đã sử dụng hết các hình ảnh trực quan cậu đang có và như thế việc mua sắm đã chấm dứt. Đề nghị "xem lướt nhanh" của mẹ cậu đã không được chấp nhận...

### **5-3: Chơi đùa với trẻ tự kỷ.**

Chơi/ trò chơi là một phần quan trọng đối với sự phát triển của trẻ. Trò chơi cần phải vui và tạo ra được nhiều cơ hội để thực hành các kỹ năng cũ và phát triển các kỹ năng mới. Thông qua chơi, trẻ học được rằng: đồ chơi chính là những vật đại diện cho các đồ vật thật khác, chơi còn giúp phát triển một loạt các kỹ năng vận động thô, giúp biết cách chơi giả vờ và biết chia sẻ với người khác. Kỹ năng chơi quan trọng trong việc phát triển các kỹ năng khác và củng cố trẻ nhằm phát triển thêm nhiều lĩnh vực khác.

Có nhiều cách chơi khác nhau cho nhiều lứa tuổi và cho các giai đoạn phát triển của trẻ.

- Loại trò chơi mang tính thăm dò liên quan đến xúc giác; trẻ sử dụng tay hay miệng để thăm dò, tìm hiểu các đồ vật. Chúng sử dụng các giác quan để phát triển trí tuệ về đồ vật và con người.
- Loại trò chơi thể chất rèn luyện kỹ năng vận động thô như chạy, nhảy, leo trèo và thăng bằng.

- Chơi xây dựng là loại trò chơi giúp trẻ rèn luyện kỹ năng vận động tinh để có thể hoàn thành một công việc bằng tay (có tính thủ công).
- Chơi tưởng tượng là loại trò chơi giúp phát triển hiểu biết về thế giới chung quanh. Đó là chơi giả vờ bằng cách sử dụng đồ vật hay điều bộ mô phỏng những đồ vật khác hoặc sự việc nào đó.
- Chơi có tính xã hội là chia sẻ hoạt động chơi với người lớn hoặc trẻ khác. Đó là các kỹ năng chơi luân phiên và chia sẻ phát triển thông qua các hoạt động xã hội.
- Loại trò chơi có luật, chẳng hạn như các trò chơi bảng (cờ tướng, ô chữ, cờ cá ngựa...), loại trò chơi phát triển thêm ở những giai đoạn chơi sau.

### **Sự khác biệt trong các cách chơi**

Sự phát triển ở trẻ tự kỷ có thể khác nhau do sự khác nhau của một trong ba lĩnh vực khiếm khuyết xã hội đó là trí tưởng tượng (hay tính linh hoạt trong tư duy).

Trẻ tự kỷ thường thiên về việc chơi với đồ vật hơn là chơi với người cho dù đó là những trò chơi đuổi bắt, nhào lộn là những hoạt động đầy hứng thú. Do trẻ tự kỷ ham thích lối chơi lặp đi lặp lại, xếp đồ chơi thành hàng, chơi đi chơi lại nhiều lần với các đồ chơi tương tự nhau. Việc chơi giả vờ chơi có thể phát triển chậm chạp, hoặc có thể phát triển theo hướng lặp đi lặp lại, ví dụ: "diễn xuất" theo một đoạn video nào đó mà trẻ yêu thích.

Sự tập trung vào tiểu tiết thường được biểu hiện ở trẻ tự kỷ khi có các hoạt động chơi liên quan đến chi tiết như bảng chữ cái hoặc trò chơi số, trò chơi ghép hình theo hình dáng hay theo màu sắc.

Chúng ta cần dạy cho trẻ các kỹ năng chơi có tính cách xã hội như chơi luân phiên và chơi có tính chia sẻ một cách có hệ thống. Chúng ta cũng cần dạy bổ sung thêm cho trẻ các trò chơi nhóm có hỗ trợ của người lớn. Các hoạt động chơi nói trên có khả năng gây căng thẳng cho trẻ. Trẻ cần có thời gian để tham gia vào các trò chơi đặc biệt hoặc các hoạt động lặp đi lặp lại để thư giãn và giảm bớt lo âu.

Trò chơi game trên máy tính thông thường có tính logic, mang tính hệ thống và lặp đi lặp lại nên phù hợp với trẻ tự kỷ song có gây "nghiện" cho trẻ, do đó, bạn cần áp đặt một nội quy cũng như giới hạn về thời gian cho trẻ. Trẻ tự kỷ cần được dạy cách chơi đùa hơn là học thông qua chơi đùa.

### **Tập thể dục.**

Hoạt động chơi thể chất tạo ra nhu cầu sử dụng ngôn ngữ hay kiến thức xã hội và có thể giúp trẻ giữ được tinh thần ổn định. Thể dục là một hoạt động lành mạnh cho tất cả trẻ và giúp giảm bớt được sự lo lắng, tình trạng sự lặp đi lặp lại và khó khăn về hành vi trong một số trẻ tự kỷ.

Bạn cố gắng cho trẻ tập một bài tập thể dục ở nhà. Dành riêng một khu vực an toàn cho trẻ để tập thể dục, có thể bạn dùng các dấu hiệu dễ nhìn thấy, đánh dấu khu vực đó. Hãy lên một kế hoạch cho lịch trình tập thể dục, chạy bộ, nhảy nhào lộn v.v.... Điều này sẽ tạo điều kiện cho cả bạn và trẻ cùng các thành viên khác trong gia đình tham gia.

Hãy cân nhắc, xem xét việc bố trí các đồ chơi ngoài trời có thể khuyến khích hoạt động thể chất, nhưng phải luôn giám sát khi trẻ chơi. Sử dụng những đồ chơi ít nguy hiểm đối với trẻ nhỏ tuổi. Các loại khung dùng leo trèo, đu, trượt, xe đạp và banh



nhún... tất cả có thể giúp tiêu hao năng lượng và phát triển sự cân bằng, kỹ năng phối hợp và kỹ năng xã hội với những thành viên khác trong gia đình.

Có nhiều nơi giải trí và các phương tiện giải trí chấp nhận được hoặc dành riêng cho trẻ có nhu cầu giải trí đặc biệt. Bạn hãy liên hệ với các trung tâm giải trí ở địa phương của bạn hoặc liên hệ trong nhóm của mình để được hỗ trợ thông tin.

#### **5-4: Thói quen chơi đùa hàng ngày.**

Trong tuần học thứ 3, chúng ta đã xem xét sự quan tâm, chia sẻ, của tất cả các thành viên và cùng thực hành một trò chơi tương tác với trẻ tại từng nhà. Chơi tương tác là trò chơi tương tác 2 chiều về sự quan tâm - chia sẻ giữa trẻ và chỉ một mình bạn (hoặc đồ chơi), chứ không phải cả hai cùng lúc là bạn và đồ chơi!

##### **Trẻ < > Đồ vật / đồ chơi**

##### **Trẻ < > người lớn**

Trong buổi học này, chúng ta sẽ xem xét các hoạt động có sự tham gia của yếu tố thứ ba (một người hay đồ chơi) giúp phát triển ba chiều của sự chú ý chia sẻ.

##### **Trẻ -- người lớn -- đồ chơi / hoạt động**

Có những thói quen/ sinh hoạt hàng ngày, xảy ra lặp đi lặp lại hàng ngày, chẳng hạn như thay đồ, ăn uống và tắm rửa, và cả thói quen chơi liên quan đến sự chia sẻ những món đồ chơi rất ưa thích hoặc các hoạt động của bạn và trẻ. Nhớ rằng thói quen có thể giúp con bạn học cách tương tác, luân phiên nhau và giao tiếp.

#### **Thói quen hàng ngày**

Thói quen hàng ngày, là những gì thường xuyên xảy ra trong suốt cuộc đời của trẻ, cho các cơ hội lặp đi lặp lại để tương tác, giao tiếp và luân phiên. Khi trẻ tắm rửa, mặc quần áo hay ăn uống, sẽ có một số hoạt động xảy ra nhiều hoặc ít hơn trong về tần suất. Bạn hãy giữ tần suất mọi hoạt động chính xác như nhau mỗi lần cho đến khi trẻ thực sự trở thành thói quen và trẻ có thể tự làm một mình. Nên sử dụng ngôn ngữ rõ ràng, lặp đi lặp lại để 'đánh dấu' các bước khác nhau có liên quan, có lẽ nên sử dụng hỗ trợ trực quan để giúp trẻ hiểu.

Một khi bạn đã dạy được một thói quen, hãy chờ đợi và cho trẻ thấy hoặc nói những gì sắp đến tiếp. Bằng việc tạo ra cơ hội cho trẻ tham gia nhiều hơn, bằng lời nói hay bằng (nhắc nhở) cơ thể, các hoạt động hàng ngày này có thể được sử dụng để giúp trẻ phát triển các tương tác xã hội và kỹ năng giao tiếp quan trọng.

Kế tiếp, khi bạn cảm thấy trẻ quen thuộc với các thói quen đó, bạn có thể dạy cho trẻ ngừng các thói quen hoặc thay đổi các thói quen bằng cách can thiệp vào bằng một việc bất ngờ nào đó, chuyển các đồ vật xa ngoài tầm tay trẻ, cho trẻ sử dụng các đồ vật không đúng với chức năng của hoạt động đang xảy ra.

Nhớ chờ đợi phản ứng từ trẻ, nhất là nếu bạn làm thay đổi những hoạt động thường lệ vì trẻ có thể mất nhiều thời gian hơn để xử lý.

## **Thói quen chơi.**

Trò chơi tương tác có người tham gia mà trẻ đã chia sẻ sự chú ý với bạn, còn đối với việc chơi theo thói quen, trẻ phải quan tâm chia sẻ với bạn và cả đồ chơi / hoạt động. Điều này có thể gặp khó khăn cho một số trẻ tự kỷ. Có thể cần hỗ trợ nhiều hơn để trẻ có được sự chia sẻ và quan tâm.

Hãy chọn một món đồ chơi gây kích thích hoặc một hoạt động nào đó để sử dụng cho các thói quen của bạn; có thể không là một món đồ chơi truyền thống, miễn là nó gây thích thú cho trẻ. Tuy nhiên, nhân dịp này, bạn có được cách tốt hơn nhằm tránh đi hoạt động ưa thích nào đó mà trẻ cứ hay làm mọi lúc để bạn có thể lập kế hoạch và phát triển các thói quen.

Bạn có thể cần dùng đến bảng kế hoạch để giúp lập kế hoạch về thói quen, cho bạn và trẻ đảm nhận một vai trò, tạo cơ hội cho tương tác, giao tiếp và sự luân phiên.

- Hãy đảm bảo rằng thói quen lập ra có bước dự đoán để trẻ có thể hiểu được (cái sắp xảy ra).

- Nhớ giữ các tương tác để trẻ luân phiên và chia sẻ với bạn. Sử dụng một số cấu trúc trực quan để giúp trẻ hiểu các quy tắc của trò chơi, ví dụ dùng một hộp để chỉ cho trẻ biết đến lượt ai, hay cho trẻ biết miếng đệm trẻ phải ngồi chờ đến lượt mình.

- Nhớ chia các hoạt động thành các bước nhỏ dễ dàng cho trẻ đạt được, ví dụ như nếu ta chơi lô tô hình với 12 thẻ thì cần thời gian dài để hoàn tất trò chơi, nhưng bạn chỉ nên bắt đầu ở bước 1 bằng 3 thẻ để rút ngắn thời lượng chơi.

- Chơi các trò chơi thường xuyên nhưng chỉ trong khoảng thời gian ngắn. Bạn nhớ rằng một ngày chơi 3 lần mỗi lần trong 5 phút tốt hơn là 1 lần trong 20 phút!

Bạn không cần tốn kém cho đồ chơi. Có thể chơi thử:

- thổi phồng một quả bóng và sau đó để cho xì hơi đi.
- thổi bong bóng xà phòng và làm nổ bong bóng
- Đẩy một chiếc xe hoặc một quả bóng qua lại.
- xây dựng một tháp gạch và cho đổ xuống
- chơi trò lô tô bằng hình.

## **Thẻ lập kế hoạch các trò chơi thường ngày**

Hoạt động :.....

Người lớn sẽ làm và nói gì?

Những gì trẻ có thể làm (hoặc nói)?

Tôi có thể làm nổi bật lên một từ hoặc hành động?

Tôi có thể chờ đợi phản ứng ? Lúc nào/ để làm gì?

Tôi có thể khuyến khích sự luân phiên ? Khi nào / Cách nào?

## 6. TÌM HIỂU HÀNH VI

### 6-1: Chia sẻ thói quen chơi đùa

Tuần lễ 'Viếng thăm nhà B' cho bạn cơ hội phát triển và thực tập thói quen chơi đùa với con của bạn.

Cùng xem các đoạn video sẽ cho bạn cơ hội chia sẻ ý tưởng và kinh nghiệm với những gia đình trong nhóm.

Nên nhớ thói quen chơi đùa đòi hỏi sự chú ý ba chiều mà một số trẻ có thể gặp khó khăn, chúng cần sự giúp đỡ để tập trung và tham gia trò chơi luân phiên với một nhân tố thứ ba.

Tất cả những chiến lược chúng ta đã nói qua từ đầu chương trình sẽ giúp ích khi phát triển và mở rộng những trò chơi tương tác có người tham gia (people game) và thói quen chơi đùa của bạn.

### 6-2: Sử dụng hình ảnh "tảng băng trôi" để phân tích hành vi

Ở Phần 2, chúng ta đã sử dụng hình ảnh tảng băng trôi nhằm giúp chúng ta hiểu được nguyên nhân tiềm ẩn của bệnh tự kỷ và giao tiếp. Chúng ta còn có thể sử dụng hình ảnh tảng băng để phân tích các vấn đề về hành vi một cách cụ thể.

Phương pháp TEACCH gợi ý rằng chúng ta hướng đến mục tiêu ngăn chặn những hành vi bất thường, đặc biệt thông qua việc sử dụng cấu trúc trực quan. Tuy nhiên, những hành vi bất thường hay xảy ra bất chợt và việc sử dụng hình ảnh "tảng băng" sẽ giúp bạn liên kết một sự việc xảy ra với nguyên nhân dẫn đến sự việc, từ đó giúp bạn tìm ra cách phòng tránh hay xử lý những tình huống này.

Đây là cách tích cực giải quyết các vấn đề hành vi. Thay vì kết luận hành vi đó hư đốn hay cố ý, nó giúp bạn nhận biết điều gì làm cho đứa trẻ cảm thấy khó khăn và bối rối. Nên nhớ những hành vi "bất thường" thật ra chỉ là cách đứa trẻ cố gắng giao tiếp với bạn.

\* Câu chuyện:

Bố mẹ của Asha rất phấn khởi về việc mua xe mới. Họ mang Asha đến chỗ bán xe để đem xe về, nhưng khi họ bước vào chiếc xe mới, cậu bé khóc la và bảo "Không đi xe màu xanh lá cây, đi xe màu xanh da trời cơ!". Cuối cùng, họ buộc phải đẩy cậu bé vào xe và lái nhanh về nhà. Khi về đến nhà, họ ngồi lại với nhau, suy nghĩ về Asha và hiểu biết của cậu bé về tình huống vừa rồi. Họ sử dụng hình ảnh "tảng băng" để phân tích và nhận ra rằng họ đã không chuẩn bị tinh thần cho cậu về chuyện đổi xe: màu xanh da trời là màu cậu thích, mùi xe mới có thể làm cậu khó chịu, ghế ngồi của cậu mới. Đó là những lý do sâu xa, tiềm ẩn khiến cậu không muốn chui vào chiếc xe mới.

Giả như bố mẹ của Asha sử dụng "tảng băng" phân tích sự việc trước khi họ đến chỗ lấy xe.

## Hình ảnh “tàng băng” - phương pháp TEACCH

Thử nghĩ đến một chuyến đi siêu thị với một đứa trẻ có chứng tự kỷ.

Trước tiên, hãy nhận biết và mô tả “Chuyện gì xảy ra?” – một số hành vi cụ thể đứa trẻ có thể thể hiện trong tình huống này.

Sau đó, nhận biết và mô tả “Nguyên nhân tại sao?” – những nhân tố của khung cảnh ở siêu thị, hoạt động mua bán, và những yếu tố liên quan.

Chia sẻ ý kiến với nhóm.

### CÁI BIỂU HIỆN?

.....  
.....  
.....

---

### RỐI LOẠN PHỔ TỰ KỶ

### NGUYÊN DO?

.....  
.....  
.....

## 6-3: Phương pháp tiếp cận STAR

*"Khó có thể thay đổi hành vi của trẻ ngay. Rất cuộc, cần phải mất một thời gian để trẻ tiến bộ."*

(Canfield and Wells 1976)

Nhiều hành vi 'bất thường' là cách duy nhất trẻ tự kỷ có thể tác động đến môi trường của mình. Người khác có thể phản ứng lại những hành vi này một cách nhanh chóng và có thể đoán trước được:

- chấm dứt sự việc mà trẻ không thích
- chú ý đến trẻ
- giải tỏa điều khó chịu cho trẻ

Hình ảnh "tàng băng" giúp chúng ta phân tích lý do sâu xa khiến một hành vi xảy ra. Một phương pháp hữu hiệu khác là phương pháp "STAR" (Zaikowska and Clements 1994).

**STAR** là chữ viết tắt của những từ sau:

**S**ettings (Khung cảnh)

**T**riggers (Yếu tố kích thích)

**A**ctions (Hành động)

**R**esults (Kết quả)

Phương pháp STAR gợi ý cho chúng ta xem hành vi là phương tiện thực hiện một mục đích của trẻ, giúp trẻ có thể đạt được một kết quả cụ thể. Do đó, hành vi phục vụ một chức năng cho trẻ. Chức năng này thường giao tiếp, vì vậy mục tiêu hàng đầu là dạy và khuyến khích hành vi thích hợp để phục vụ cho cùng một chức năng, ví dụ đưa một tấm ảnh tượng trưng để trẻ có được đồ chơi, hay hơn là đá vào con chó!

**Setting**(Khung cảnh), có thể là môi trường hay con người, bao gồm:

- môi trường hiện hữu: tấp nập, ồn ào, nóng bức, tối tăm...
- tương tác xã hội và quan hệ đối với môi trường
- Những hoạt động trẻ đang tham gia
- tình trạng sức khỏe: đói, khát, mệt mỏi...
- suy nghĩ và tâm trạng của trẻ
- tâm lý của trẻ: lo lắng, sợ hãi...

**Triggers** (Yếu tố kích thích/ cò súng) là những dấu hiệu và kích thích có thể làm "bùng nổ" một hành vi đặc biệt và thường xảy ra ngay trước hành vi có vấn đề đó, bao gồm các điểm sau:

- Cái mà đứa trẻ muốn: thức ăn, đồ chơi...

- Cái mà đứa trẻ không thích và sợ hãi: tiếng ồn, chó, nhện...
- Cái làm trẻ liên tưởng đến một sự việc: đi tắm = đi ngủ

**Actions** (Hành động) là những hành vi có thể quan sát được của trẻ. Mô hình STAR bắt đầu bằng việc nhận biết và mô tả hành động cần lưu ý.

**Results** (Kết quả) là những sự việc theo sau một hành động. Kết quả sẽ ảnh hưởng đến việc lặp lại hành vi, nếu kết quả mang tính tán thưởng đối với trẻ, chúng sẽ làm tăng khả năng hành vi được lặp lại vào một dịp khác. Kết quả khác nhau bao gồm:

- Kết quả tích cực: hành vi đưa đến kết quả dễ chịu cho trẻ, do đó hành vi có thể được lặp lại.
- Kết quả tiêu cực: ví dụ như sự không quan tâm hay không đưa ra sự khen thưởng và hành vi khó được lặp lại.
- Kết quả xã hội: đứa trẻ nhận được sự quan tâm an ủi hoặc đạt công trong việc tránh tiếp xúc xã hội không mong muốn.
- Kết quả cảm giác: đứa trẻ nhận được cảm giác vui hay tránh được cảm giác quá tải.
- Kết quả mang tính vật chất: đứa trẻ nhận được thức ăn, thức uống hay vật mà trẻ muốn.
- Kết quả mang tính hướng nghiệp: đứa trẻ thực hiện được hoạt động mà trẻ muốn hay tránh được hoạt động mà trẻ không muốn.

NHỚ phân tích **hành động** (cái thấy được) theo phương pháp STAR.

## Sử dụng phương pháp STAR để tiếp cận

\* Câu chuyện:

Sam cùng gia đình uống cà phê ở một quán giải khát. Nơi đây không khí thật ồn ào vì đông người. Cha cậu đi mua thức uống và bánh ngọt cho mọi người. Sam nhìn thấy đám trẻ đang ăn bắp rang và khoai tây rán ngồi bàn kế bên và thế là cậu ném cái bánh đang ăn xuống đất không muốn ăn nữa. Cha cậu quát mắng cậu. Còn mẹ thì mua cho cậu một gói khoai tây rán.

Chuyện gì xảy ra? Ở đâu? Với ai? Vì sao? Ai là người gây ra?

-Mô tả HÀNH ĐỘNG: Chuyện gì xảy ra?

*Ném bánh xuống sàn nhà*

-Mô tả BỐI CẢNH: Ở đâu? Với ai?

*Cùng với cha mẹ*

*Quán café đông đúc*

*ồn ào.*

-Mô tả "NGỒI NỔ": Ai? Cái gì? Khi nào?

*Thấy trẻ khác ăn bắp rang và khoai tây rán.*

*Ba của Sam mang bánh ngọt đến*

-Mô tả KẾT QUẢ (và hiệu quả) đối với Sam.

*Mua khoai tây rán*

*Ba quát mắng*

-Ai là người gây nên?

*Cha và mẹ (do không hiểu được hành vi)*

### **Quản lý các hành vi của Sam**

- Cha mẹ Sam sẽ làm gì khác cho lần uống café tới?
- Phải thay đổi điều gì?
- Điều gì có hiệu quả nhất?
- Bằng cách nào, họ thay đổi môi trường khác?
- Bằng cách nào, họ có thể thay đổi yếu tố kích thích ?
- Bằng cách nào có thể thay đổi kết quả?

Những ý kiến khác?

## **Bảng ghi STAR**

Tại nhà, cố gắng dùng STAR để phân tích các hành vi trẻ có. Nhóm các bạn sẽ cùng chia sẻ ý kiến và các đề nghị trong tuần học 7 và 8.

HÀNH ĐỘNG

KHUNG CẢNH

YẾU TỐ KÍCH THÍCH

KẾT QUẢ

Bạn có thể có phản ứng gì cho lần sau HOẶC bạn đã sẵn sàng là việc khác ?



## **Quản lý hành vi – Ngôn ngữ riêng (biệt ngữ)**

### **Tăng cường tích cực**

Những hành vi có khen thưởng có nhiều khả năng được lặp lại hơn là hành vi không được khen thưởng. Khen thưởng tích cực khuyến khích một hành vi nào đó của trẻ, nhất là phần thưởng có ngay sau khi hành vi hoàn tất. Phần thưởng có thể là thức ăn, một món đồ chơi ưa thích của trẻ, một sự quan tâm ưu ái của người lớn dành cho trẻ hay một biểu tượng như hình ngôi sao hoặc các miếng dán có hình. Đôi khi một sự quan tâm đặc biệt hay sự việc trẻ có ấn tượng có thể dùng như một tác nhân để kích thích. Trẻ lớn hơn, cho chúng các vật kỷ niệm hoặc làm hình các ngôi sao. Trong khi làm, bạn cho chúng biết sẽ được thưởng một phần thưởng ví dụ chơi game trên máy vi tính... Áp dụng tăng cường tích cực sẽ mang đến hiệu quả tối đa.

### **Mức độ tăng cường**

Mức độ của sự tăng cường là việc đưa ra tăng cường tích cực khi một hành vi bất thường không xảy ra. Ví dụ: có trẻ thích phun phì phì, hãy khống chế thời gian cho phép trẻ phun và có phần thưởng cho trẻ nếu chúng không làm việc đó trong thời gian giới hạn. Chúng ta nên thưởng cho những hành vi tốt hay hơn là ra hình phạt cho những hành vi xấu: 'nên dùng củ cà rốt hơn là dùng roi để xử lý'.

### **Dập tắt**

Dập tắt (triệt tiêu) có nghĩa là giảm đi sự xuất hiện hành vi bằng việc ngăn cản sự tăng cường của hành vi đó. Bởi lẽ, khi những hành vi bất thường ít có khả năng tái diễn, lúc đó, hãy dập tắt hành vi. Ví dụ: phớt lờ đi, không quan tâm hành vi thường làm hành vi đó không xuất hiện nữa.

### **Tăng cường hành vi bất thường**

Đôi lúc, việc gợi nhắc và phần thưởng cho một hành vi nào đó có thể gây ra cho trẻ tiếp tục có những hành vi bất thường. Giả dụ, Nếu một trẻ đang có hành động vẩy vẩy hai tay, hãy khuyến khích trẻ bỏ tay vào túi quần. Nếu trẻ thích xé sách vở, ta cho chúng cầm đồ vật nào chúng thích.

### **Thay đổi môi trường, khung cảnh.**

Có khi rất khó ngăn chặn những hành vi bất thường của trẻ hoặc làm cho chúng có những hành vi khác dễ chấp nhận hơn. Thay vào đó, cách phù hợp là thay đổi môi trường/ khung cảnh chung quanh để ngăn ngừa hành vi xuất hiện. Nếu một trẻ cứ thích đi lang thang quanh nhà mà ta không thể trông chừng được liên tục, hãy tìm cách cài móc cửa để có thể đóng cửa khi cần thiết nhằm bảo đảm an toàn cho trẻ.

## **Phân tích câu chuyện: Nguyên tắc nào được sử dụng dưới đây?**

\*Câu chuyện 1:

Kylie, một cô bé năm tuổi chưa biết nói thích đập tay vào màn hình ti vi mỗi khi cô ta phấn khích. Việc này thường xảy ra khi có chương trình ti vi cô bé ưa thích. Bố cô bé dùng điều khiển từ xa để tắt ti vi ngay lúc cô sắp đập vào màn hình. Sau đó, ông nhắc cô ngồi xuống ghế cách xa màn hình ti vi rồi bật lại ti vi khi cô bé đã ngồi yên.

-Kỹ thuật nào được vận dụng?

\*Câu chuyện 2:

Cậu bé Ian thường đi xuyên qua các chậu trồng cây ăn thịt (cây nắm ẩm...) đặt ở trong nhà và ngoài vườn. Cha cậu lo cho cậu có thể bị dính chất độc của cây nên ông đặt những chậu trong nhà lên vị trí cao hơn hay trên lò sưởi. Ngoài ra, ông hạn chế cậu ra ngoài vườn chơi một mình trong thời gian ông chưa bố trí lại các chậu cây.

-Kỹ thuật nào được vận dụng?

\*Câu chuyện 3:

Paul thích bật tắt công tắc điện liên tục. Mỗi khi cậu mở tủ lạnh thì cậu dùng tay nhấn nút bật tắt đèn liên tục. Vì thế, bố mẹ cậu đành gỡ bóng đèn cất đi, thế là trò chơi lập đi lập lại đó chấm dứt.

-Kỹ thuật nào được vận dụng?

\*Câu chuyện 4:

Gareth bắt đầu đập đầu mình (chỉ nhẹ thôi) mỗi khi muốn gây chú ý với bố mẹ khi 2 người bận rộn việc gì đó (không quan tâm đến cậu). Bố mẹ cậu có thói quen phản ứng lại hành vi ngày càng tệ đó. Họ thử lờ đi việc đập đầu thì thấy rằng việc đó chấm dứt. Họ cũng dạy cho Gareth biết cách giao tiếp và đưa ra yêu cầu bằng phương pháp PECS (Phương pháp trao đổi hình)

-Kỹ thuật nào được vận dụng?

## 7. Chế ngự hành vi-A

### 7-1: Hành vi lặp đi lặp lại, quan tâm đặc biệt và ám ảnh

Ai trong chúng ta cũng có thói quen và cần đến thói quen hàng ngày. Những lúc bị căng thẳng, những thói quen có thể giúp chúng ta giữ bình tĩnh và kiểm chế được bản thân.

Hành vi lặp đi lặp lại ở người tự kỷ có thể bao gồm hành vi đập tay, xoay người nhanh, đi qua đi lại, xếp đồ vật thành hàng, bật tắt công tắc, hay các hoạt động liên quan đến giác quan bao gồm ngửi, liếm, nhổ nước bọt. Trẻ lớn hơn và biết nói thì hay hỏi những câu lặp đi lặp lại. Những hành vi như vậy có thể là nỗ lực của trẻ nhằm tránh đi sự thay đổi.

Đối với người bị tự kỷ, những hành vi lặp đi lặp lại này là sự dễ chịu và là cách giải tỏa căng thẳng; những hành vi lặp đi lặp lại cũng có thể xảy ra khi con bạn cảm thấy buồn chán, bức mình hay lo lắng. Nếu những hành vi này trở nên không thể chấp nhận được hay ngăn cản con bạn tham gia vào các hoạt động khác, bạn có thể can thiệp bằng cách thay đổi từ từ hay cho con bạn làm một việc khác thay thế, một hành vi có thể được chấp nhận hơn.

Những hành vi lặp đi lặp lại hay những hành vi bị ám ảnh có thể được thay đổi từ từ bằng cách dùng phép tắc để giới hạn. Sự cân bằng giữa đòi hỏi của đứa trẻ và nhu cầu của gia đình luôn cần thiết.

\*Câu chuyện:

Arun đang phá hỏng đồ đạc khi vừa nhảy trên bàn ghế trong phòng khách vừa xem video. Bố mẹ của cậu mua một cái bàn nhún để trong phòng và dạy cho cậu nhảy trên đó thay vì nhảy trên bàn ghế. Khi hè đến, họ đưa cái bàn nhún ra ngoài sân cho Arun nhảy ngoài đó.

Jasper bị ám ảnh bởi việc sờ và nhấn mọi công tắc, nắm cửa, nút bấm mà cậu nhìn thấy. Khi cậu đi nhà trẻ, cô giáo đã giải quyết hành vi của Jasper bằng cách để cho cậu làm công việc bật tắt đèn và đầu máy CD ở lớp học vào những thời điểm nhất định. Mẹ cậu cũng để cho cậu làm những công việc tương tự ở nhà. Việc đưa ra những cơ hội thường xuyên cho cậu thực hiện hành vi sờ mó công tắc của mình là cách sử dụng hiệu quả hành vi ám ảnh của cậu.

Samuel bị ám ảnh với việc đóng mở cửa ở nhà và bắt đầu chuyển sang đóng sầm cửa. Ông của cậu làm cho cậu một cái cửa đồ chơi và dạy cậu cách đóng mở cửa khi cậu đẩy những chiếc xe đồ chơi chạy qua cái cửa. Điều này còn giúp gia đình khuyến khích cậu chơi đùa và dạy cậu từ "mở" và "đóng".

Mỗi quan tâm đặc biệt của người tự kỷ đa dạng và có thể liên quan đến việc góp nhặt đồ vật và thông tin. Mỗi quan tâm đặc biệt này được thực hiện một mình và chiếm hết thời gian của đứa trẻ, vì vậy bạn muốn giới hạn lượng thời gian đứa trẻ thực hiện hoạt động này. Tuy nhiên, mỗi quan tâm đặc biệt của trẻ không chỉ gây ra vấn đề mà còn có thể tạo ra sự khéo léo và năng khiếu mà chúng ta có thể hướng chúng thành những hoạt động hữu ích, ví dụ như tổ chức các lớp học nghệ thuật hay câu lạc bộ vi

tính. Mỗi quan tâm đặc biệt của trẻ có thể được sử dụng làm động lực khi dạy thêm những kỹ năng mới hay phát triển những hành vi thích hợp.

Jared nằng nặc đòi đến 2 cửa hàng duy nhất mỗi khi gia đình đi mua sắm. Khi mẹ cậu cần phải đi một chỗ khác, ví dụ như mua thực phẩm, cậu lại nổi cơn tam bành. Vấn đề được giải quyết bằng cách đưa ra một bảng phân chia thời gian mua sắm sử dụng hình ảnh có thể mang theo người được để chỉ cho cậu thấy gia đình sẽ xen kẽ đến những cửa hàng của cậu và những cửa hàng của Mẹ.

Sabrina cứ liên tục hỏi mẹ cô bé sẽ làm gì trong ngày: lặp đi lặp lại câu hỏi "Làm tiếp cái gì đây Mẹ?". Mẹ cô bé, bận rộn với em bé mới sinh, cảm thấy bức mình. Mẹ đã đưa ra một bảng phân chia thời gian trong ngày cho Sabrina bằng hình ảnh và có thể bảo cô bé "Con đi coi thử xem" và vì vậy giới hạn được việc Sabrina cứ hỏi đi hỏi lại.

### **Gợi ý**

- Xử lý nguyên nhân tiềm ẩn – thay đổi môi trường, giảm thiểu nguyên nhân gây căng thẳng và lo lắng.
- Sử dụng phương pháp từng bước một, đưa ra giải pháp thay thế và hành vi có thể được chấp nhận hơn.
- Ngay từ những năm đầu, cố gắng bảo đảm rằng những hành vi bị ám ảnh của con bạn phải được kiểm soát, thay vì bị điều khiển bởi những hành vi này. Nỗ lực này có tác dụng, giúp bạn tránh được việc phải vật lộn cả đời.
- Cố gắng đoán đầu trước, đoán trước những vấn đề có thể xảy ra.
- Tận dụng bất kỳ mọi thay đổi bên ngoài nào ví dụ như môi trường nhà trẻ. Ngay cả trẻ có thói quen rất cố định trong một môi trường nào đó cũng có thể chấp nhận thay đổi trong một môi trường mới một cách vui vẻ - nên nhớ phải đưa ra một thói quen tốt càng sớm càng tốt.
- Chuẩn bị tinh thần cho con bạn trước, sử dụng các phương pháp hỗ trợ bằng hình ảnh và cấu trúc để giúp con bạn hiểu vấn đề.

## **7-2: Sự nóng tính và gây hấn**

Tất cả trẻ nhỏ thỉnh thoảng đều có thể nổi nóng và hung dữ. Tuy nhiên, những hành vi này có thể trở nên thường xuyên hơn và ở mức độ mạnh mẽ hơn đối với trẻ tự kỷ do sự khác biệt cảm nhận thể giới và khả năng giao tiếp.

Tốt nhất nên "cảnh giác" bằng cách sử dụng phương pháp hình ảnh "tảng băng" và STAR để phân tích nguyên nhân nổi cáu nhằm ngăn chặn hành vi tái diễn. Đôi khi, nguyên nhân có thể bất thường xuất phát từ sự nhạy cảm về cảm xúc hay sự thay đổi tiềm ẩn.

\*Câu chuyện:

Bố mẹ Nadeem ngạc nhiên bởi khuynh hướng nổi cáu của cậu khi đi siêu thị. Cậu không hay nổi cáu nhưng có vẻ dễ nổi cáu ở một cửa hàng đặc biệt nào đó, mà đôi lúc chứ không phải lúc nào cũng vậy, cậu sẽ nằm vật ra sàn nhà, ở một lối đi đặc biệt. Cuối cùng, bố mẹ cậu cũng giải quyết được sự bí ẩn này. Cái làm Nadeem nổi cáu là

mùi bánh mì mới nướng xong! Rõ ràng, Nadeem không thích mùi này nhưng không thể diễn tả sự khó chịu nên đã nổi cáu mà kết quả là cậu sẽ được dẫn ra khỏi cửa hàng. Cậu chỉ thể hiện hành vi này khi đến gần quầy bánh nướng, ngay lúc bánh mì vừa được nướng xong. Lúc đầu, gia đình Nadeem chọn giải pháp đi siêu thị nào mà không có quầy bánh nướng.

Việc khống chế cơn tức giận tùy theo chức năng. Trong trường hợp Nadeem, chức năng ở đây là việc thể hiện nỗi sợ và sự khó chịu của cậu, vì vậy việc làm cho cậu yên tâm và tránh đi tình huống kích thích là điều có thể thực hiện.

Nếu con bạn nổi cáu vì muốn đòi một cái gì đó, nếu thỏa mãn yêu cầu của con bạn bằng cách đưa cho con đồ vật con yêu cầu hay thể hiện sự quan tâm đối với đòi hỏi đó, sẽ là cách tán thưởng hành vi này và việc nổi cáu có khuynh hướng xảy ra thường xuyên hơn. Trong trường hợp này, tốt nhất là làm ngơ, được chừng nào hay chừng ấy, và dạy cho trẻ cách thích hợp để yêu cầu một điều gì đó. Sau này, khi trẻ đã bình tĩnh, bạn sẽ đưa cho con thứ mà con yêu cầu để thưởng cho hành vi đúng đắn.

Nếu trẻ hay đánh anh chị em hay trẻ con khác khi nổi cáu, hành vi này phải được nhìn thấy trước và ngăn chặn; nếu cần, phải tách trẻ ra khỏi tình huống đó và kiếm một hoạt động khác thay thế để làm chúng quên chuyện vừa xảy ra.

\*Câu chuyện:

Archie đột nhiên bắt đầu đá: trước tiên là đá một bạn gái ở nhà trẻ, sau đó là con chó nhà hàng xóm. Cậu vừa học được cách nói chữ "không" hay "không được nữa" nhưng bạn gái và con chó không hiểu sự cố gắng giao tiếp của cậu bé. Thấy anh trai cậu tập cú đá trong môn võ Karate ở nhà, thế là cậu bé quyết định sử dụng một hình thức cách giao tiếp khác!

Cara bắt đầu đập đầu khi mẹ cô bé phải chăm sóc cho cậu em trai của cô. Cha giúp cô học cách chơi những món đồ chơi trước đây bị bỏ qua. Sau đó ông làm cho cô một thời khóa biểu về các trò chơi.

Thỉnh thoảng, nổi cáu thể hiện qua việc phá phách đồ đạc. Cách tốt nhất để khống chế hành vi này là tránh những tình huống kích thích. Tất cả trẻ đều phát triển qua những giai đoạn tìm hiểu bằng cách xé, ném hay đóng mở nắp và chúng thích thú với việc lấy hết đồ từ tủ ra, hay giặt nước toilet. Thay đổi môi trường bằng việc dời đồ ra khỏi tầm tay của trẻ hay cất đồ đi. Cố gắng ngăn chặn cơn nóng giận nổi lên bằng cách cho trẻ làm một việc khác thay thế. Cho trẻ nhiều cơ hội khám phá, nếu như đây là giai đoạn chơi đùa trẻ đang thích thú.

Nếu trẻ có hành vi phá hoại để lấy làm vui, bạn sẽ hướng trẻ sang làm một việc an toàn khác với sự giám sát của bạn, ví dụ như bôi màu bằng ngón tay, xen nhỏ giấy catalogue, vân vân...

Anh chị em có thể bực mình nếu đồ đạc của chúng bị đứa bé tự kỷ làm hỏng, vì vậy phải giúp chúng giữ đồ ở nơi an toàn – có thể trong một cái rương có khóa, trên một cái kệ cao, và giới hạn không cho trẻ tự kỷ động vào khi bé ở trong giai đoạn này.

\*Câu chuyện:

Gia đình EarlyBird làm một cái kệ đựng đồ cao ở phòng khách. Điều này có nghĩa là họ có thể tiếp tục trưng bày những đồ vật trang trí nhưng con trai họ không thể nào làm vỡ những đồ đạc này bằng cách đánh rơi chúng. Khi trẻ lớn lên, họ bắt đầu dời đồ trang trí xuống – những món đồ ít vỡ dể xuống trước!

Đôi khi những hành vi tự hủy hoại cơ thể xảy ra đối với người có chứng tự kỷ. Hành vi này xảy ra lúc nổi cáu, khi không có chuyện gì để làm, hay là một cách giao tiếp. Trong những trường hợp này, sử dụng phương pháp chế ngự sự nổi cáu, cho trẻ làm một việc gì đó, hay dạy trẻ kỹ năng giao tiếp thích hợp hơn, sẽ có hiệu quả. Nếu những hành vi này được sử dụng để gây chú ý hay đòi hỏi quá mức, điều quan trọng là phải nhận ra chức năng trước khi quyết định giải pháp xử lý thích hợp.

Tự hủy hoại cơ thể xảy ra mà không có nguyên nhân rõ ràng, bao gồm việc tự đập đầu, nôn ói, cắn vào mu bàn tay. Đối với một số trẻ, hành vi này làm cho trẻ thấy thích thú! Nếu hành vi tự hủy hoại trở nặng hoặc bắt đầu phát triển, cần có sự giúp đỡ của bác sĩ tâm lý và chuyên viên xử lý hành vi.

Stephen, một cậu bé chưa biết nói, bắt đầu đập đầu vào bàn ghế, làm cho bố mẹ rất lo lắng. Đầu tiên, họ không biết chắc điều gì khiến hành vi này xảy ra, còn Stephen không thể giải thích cho bố mẹ rõ. Họ trông chừng cậu bé rất kỹ, cố gắng ngăn không cho cậu tự làm đau mình, và bọc những bề mặt cứng ví dụ như lò sưởi để giảm nhẹ thương tổn. Sau một hai ngày, Stephen bắt đầu sốt cao và bác sĩ phát hiện ra rằng cậu bị viêm tai. Một khi chứng viêm tai được chữa trị, Stephen không còn đập đầu nữa.

### **7-3: Sợ hãi và ám ảnh**

Người bị tự kỷ có thể phát triển những nỗi sợ không đoán trước được, có thể đối với những vật vô hại. Nên nhớ khuyến khích tập trung vào chi tiết và phản ứng cảm xúc khác của họ giúp bạn nhận ra nguyên do nỗi sợ và giúp họ đối phó với nó. Đôi khi, phản ứng bị kích thích bởi những yếu tố làm trẻ nhớ đến một kinh nghiệm đáng sợ đã xảy ra. Trong trường hợp này, nếu bạn biết được yếu tố kích thích thì sẽ giúp ích nhưng đôi khi bạn không nhớ ra, vì vậy nỗi sợ được khống chế bằng thói quen.

Một phương pháp hay để xử lý nỗi sợ là sử dụng phương pháp thay đổi từ từ – làm giảm sự nhạy cảm, từ từ giúp trẻ làm quen với đồ vật/tình huống gây lo sợ, có thể cùng lúc cho trẻ một đồ vật nào đó mà trẻ thích và thấy hứng khởi. Việc làm giảm sự nhạy cảm cho phép đưa trẻ dần dần khắc phục nỗi sợ, nếu được động viên trong suốt quá trình.

\*Câu chuyện:

Andrew sợ chó. Trường của cậu học giúp bố mẹ cậu xử lý nỗi sợ này. Họ quảng cáo tìm một người có nuôi chó già và rất hiền, người này có thể dắt chó đến trường đi dạo trong sân. Trước tiên, Andrew quan sát từ phía sau hàng rào với giáo viên trong khi Mẹ cậu đứng gần và vuốt ve con chó. Sau đó, cậu được khuyến khích bước lại gần mẹ. Việc này tiếp diễn cho đến khi cậu tiến sát gần mẹ cậu.

Giai đoạn thứ hai là cậu quan sát mẹ đi bộ cùng với con chó và người chủ, vuốt ve và nói chuyện với con chó – còn Andrew thì quan sát ở cự ly gần nhất mà cậu cảm thấy không sợ, nắm tay giáo viên. Sau đó, Andrew và giáo viên đi theo sau mẹ, con chó và người chủ. Việc này tiếp diễn cho đến khi cuối cùng cậu nắm lấy tay mẹ, sóng bước cùng với con chó.

Giai đoạn tiếp theo, Andrew vuốt ve con chó và dẫn nó đi. Mẹ Andrew nói rằng toàn bộ quá trình này mất một thời gian dài – quan trọng là người chủ phải rất thông cảm và con chó phải rất hiền! Bạn cũng cần thực hiện việc này đều đặn, đi bộ trời nắng cũng như trời mưa, mỗi ngày, có thể kéo dài suốt một năm. Cô ấy nói rằng điều tiên quyết là sự đều đặn và kiên trì. Họ phải bền chí và cuối cùng có hiệu quả. Bây giờ, họ có thể tản bộ dọc vỉa hè và Andrew không còn phải chạy băng qua đường khi thấy chó. Cậu vẫn còn cảnh giác nếu con chó tự do một mình, nhưng cậu thường chỉ nắm chặt tay mẹ và đứng yên cho đến khi con chó đi khỏi.

Dana khắc phục nỗi sợ khi thấy máy quay phim đang quay bố mẹ mình. Bố của cô bé giải thích rằng Dana sợ máy quay phim bởi vì cô ghét ánh đèn flash của máy chụp hình. Tuy nhiên, cô thích thú khi xem video có mình trong đó. Người thợ quay phim chỉ cho Dana xem máy quay phim và băng hình, sự việc lặp đi lặp lại “trước là máy quay, sau là xem video”. Việc này đủ thời gian để quay Dana trong một đoạn video ngắn, sau đó cho Dana xem liền tại chỗ, giống như là một phần thưởng khi Dana không chế được nỗi sợ, trong khi biết rằng máy quay phim này không có flash.

Thỉnh thoảng, trẻ bị tự kỷ biểu hiện nỗi sợ bất ngờ. Nếu điều này xảy ra, không được chê trách đứa trẻ hay bực mình mà hãy giúp trẻ tránh khỏi tình huống gây hoảng sợ. An ủi trẻ và giúp trẻ bình tĩnh trở lại, có thể bằng cách chuyển sang chỗ yên tĩnh, tránh xa những người khác. Nếu có thể, cho trẻ làm một việc gì vui. Khi tìm ra được nguyên nhân nỗi sợ, hãy nghĩ ra kế hoạch khắc phục nỗi sợ. Nếu thích hợp, khuyến khích trẻ dùng cách nào đó có thể ngăn chặn yếu tố gây hoảng sợ, ví dụ như bịt tai lại hay nhìn lảng sang chỗ khác.

## 8. CHẾ NGỰ HÀNH VI - B

### Kỹ năng sống hàng ngày

Tất cả trẻ em đều cần học kỹ năng sống hàng ngày và đây là một phần của sự phát triển.

Sự độc lập trong thói quen ăn uống, vệ sinh cá nhân, mặc quần áo, ngủ nghỉ phát triển từ từ, cần thời gian và sự kiên nhẫn.

Do những khác biệt cơ bản, những phương pháp đã được áp dụng đối với anh chị em hay những phương pháp của các thành viên trong gia đình có thể không nhất thiết có tác dụng với trẻ bị tự kỷ. Sự phát triển những kỹ năng này có thể chậm hơn và có thể khác biệt nhưng nếu bạn ghi nhớ những quy tắc đã được giới thiệu ở đầu chương trình thì sẽ rất có ích.

### Nguyên nhân khác biệt: TẠI SAO?

- Bộ ba khiếm khuyết cơ bản:
  - Tương tác xã hội
  - Giao tiếp xã hội
  - Khả năng tưởng tượng/tính linh hoạt trong tư duy
- Sự nhạy cảm về giác quan
- Mùi mờ nhận thức và tập trung vào tiểu tiết
- không muốn thay đổi
- lo lắng
- kém trong việc khái quát vấn đề

### Chiến lược giúp đỡ: NHƯ THẾ NÀO?

- tìm hiểu: sử dụng phương pháp 'tàng băng' và STAR
- điều chỉnh cách giao tiếp của bạn
- cho thời gian để phát triển
- sử dụng từ "xong rồi"
- nhắc nhở giúp học tập:
  - cơ thể
  - trực quan
  - lời nói
- khuyến khích và khen thưởng
- sử dụng cấu trúc trực quan: đồ vật, hình ảnh/ biểu tượng, chữ viết.
- thay đổi môi trường
- chuẩn bị cho sự thay đổi
- lập kế hoạch và kiên trì
- phương pháp mắc xích ngược



- nhất quán

## 8-1: Ăn uống

Không phải riêng trẻ tự kỷ có cách ăn uống kỳ lạ. Tuy nhiên, nguyên nhân lại khác với những trẻ phát triển bình thường. Có được kỹ năng ăn uống là một quá trình phát triển, quá trình này có thể phát triển chậm và không dễ dàng đối với trẻ tự kỷ. Điều quan trọng là cần áp dụng một cách tiếp cận bình tĩnh để tránh làm trẻ quá lo âu, hay phát triển hành vi không phù hợp do cha mẹ quá căng thẳng.

Hai yếu tố chính liên quan đến vấn đề ăn uống:

- Khác biệt về cảm giác có nghĩa là trẻ nhai khó và nuốt khó, kết quả là từ chối ăn thức ăn xắt cục. Độ cứng mềm, màu sắc và nhiệt độ thức ăn có thể ảnh hưởng đến việc trẻ không chịu ăn một loại thức ăn cụ thể nào đó.
- Thiếu tính linh hoạt / không ưa thay đổi khiến trẻ từ chối ăn thức ăn mới hay không chịu thay đổi ví dụ như từ uống bằng bình sang bằng ly.

Thay đổi trong hành vi ăn uống được tiếp cận tốt nhất bằng cách thay đổi dần dần và bằng cách sử dụng một hình thức khen thưởng để khuyến khích trẻ học một kỹ năng mới. Bạn có thể hạn chế thức ăn cho bữa ăn duy nhất - cắt bỏ tất cả các bữa ăn phụ. Cố gắng cung cấp thực phẩm mà trẻ thích và thêm một số lượng nhỏ thực phẩm mới, dần dần tăng số lượng hoặc thêm các loại thực phẩm khác. Thái độ biểu hiện không quan tâm đến những gì trẻ ăn, mặc dù khó duy trì, là điều cần thiết. Khi trẻ đã ăn đủ lượng dinh dưỡng cần thiết và uống đủ nước, thì việc bé từ chối món ăn này hay món ăn kia không còn quan trọng, thậm chí khi bé chỉ ăn một bữa mỗi ngày.

\*Câu chuyện:

Sammy yêu cây cỏ - và ăn cây! Nhắc nhở bằng miệng không có tác dụng. Bố mẹ của Sammy lo rằng cô bé sẽ bị ngộ độc nhưng lại không muốn Sammy từ bỏ cây cỏ. Vì thế, họ đặt cây diếp và các cây thảo mộc ngang tầm với của cô bé và đưa những cây khác ra khỏi tầm tay. Một khi cô bé đã ăn uống thoải mái, cái tật lạ thường này không còn nữa. Mẹ của Adrian cố gắng đặt món ăn ưa thích của cậu vào một cái đĩa, và một ít thức ăn mới vào một đĩa khác. Mẹ cậu thử dùng phương pháp từng bước một bằng cách cho cậu ăn một miếng khoai tây chiên sau đó nhắc cậu bỏ một ít thức ăn mới vào miệng. Lập tức sau đấy mẹ cậu lại cho cậu một miếng khoai khác. Ít lâu sau, Adrian biết ý tưởng của mẹ và ít nhất cũng bắt đầu thử nếm thức ăn mới.

Sara từ chối ăn bằng muỗng nĩa, chỉ muốn ăn bằng tay. Bố Mẹ cô dùng kem để khuyến khích cô ăn bằng muỗng. Sau đấy họ trộn các thứ khác vào kem.

Jimmy chỉ cần một miếng chip (khoai tây rán) rồi quăng đi. Bố Mẹ cậu cho cậu một cái đĩa để bỏ miếng chip vào. Khi cái đĩa không còn gì, họ đổi cái đĩa khác để "bắt đầu lại chu kỳ" cho một miếng chip khác vào. Simon cứ đòi ăn vào một giờ chính xác mỗi ngày, ngồi tại một chỗ không thay đổi, sử dụng chén muỗng y như vậy. Bố mẹ cậu đưa ra những thay đổi từ từ, lúc đầu chỉ thay đổi một tí xíu, giờ ăn cơm, sắp đặt bàn ghế, .v.v..., sử dụng hỗ trợ bằng thị giác để Simon hiểu những điều thay đổi khác biệt với thói quen hàng ngày. Nếu việc không ăn là hành vi gây chú ý, thì việc làm ngơ sẽ có hiệu quả tốt, NHƯNG nếu loại thức ăn đó nguy hiểm thì phải được lấy ra, và cần phải dạy cho trẻ cách gây chú ý thích hợp hơn.

## 8-2: Ngủ

Mỗi người cần ngủ một lượng thời gian khác nhau. Một vài trẻ tự kỷ có chu kỳ giấc ngủ không bình thường, có trẻ ngủ ít và có trẻ không chịu ngủ một mình. Nguyên nhân tiềm ẩn có thể là sự nhạy cảm về cảm giác ví dụ như sợ bóng tối, quá nhạy cảm với tiếng ồn bên ngoài, hay không có thói quen giờ giấc đi ngủ cố định. Việc không chịu thay đổi có thể có nghĩa là con bạn không muốn dời từ cũi sang giường, từ ngủ chung với bố mẹ sang ngủ một mình.

Bạn cần phải dạy cho trẻ kỹ năng ngủ, ví dụ là: "8 giờ rồi, đi ngủ thôi!".

Thiết kế phòng ngủ sao cho trẻ có thể chơi một mình an toàn nếu lỡ thức giấc giữa đêm. Không thể không cho trẻ thức giấc nhưng làm sao để cả nhà không bị quấy rầy. Nếu con bạn thích nghi tốt với thói quen, bạn có thể lập ra một thói quen giờ giấc đi ngủ cố định, sử dụng hình thức hỗ trợ bằng thị giác nhằm giảm thiểu sự kích thích và giúp trẻ ngủ ngon.

- Nếu trẻ sợ bóng tối, hãy sử dụng đèn ngủ.
- Mở nhạc êm dịu mà trẻ thích để tránh tiếng ồn bên ngoài.
- Màn cửa dày hay màn sẫm màu sẽ làm phòng tối hơn.
- Có trẻ cảm thấy được vỗ về khi đắp chăn dày. Ngược lại, nếu trẻ nhạy cảm với nhiệt thì phải tắt máy sưởi và đắp chăn mỏng, cho dù là mùa đông.
- Nếu con bạn cứ đòi bạn ngủ chung, có thể thay đổi từ từ. Đầu tiên ngồi trên giường, sau đó ngồi trên cái ghế kê gần giường, cuối cùng ngồi ở cửa ra vào hay ở trên lầu cho đến khi con bạn chìm vào giấc ngủ.

Đa phần, các vấn đề về ngủ có liên quan đến trẻ ngủ ít. Điều này đem đến phiền toái rất nhiều đến sức khỏe và gây ra bức bối cho các thành viên trong gia đình. Ở một số trường hợp nặng, bạn cần tìm đến các bác sĩ để có được lời khuyên tốt nhất.

\*Câu chuyện:

Noah thường miến cưỡng vào giường ngủ. Cậu bé lên lầu, nhưng lại lên giường của bố mẹ. Họ khám phá ra rằng Noah không thích phòng ngủ của mình vì cậu nghe thấy tiếng nước chảy phát ra từ ngăn tủ sấy quần áo. Tủ này nằm trong phòng cậu ta và có hệ thống bật tắt công tắc máy sưởi trong đó. Bố mẹ đưa cậu đi nghỉ hè để gián đoạn thói quen ngủ trên giường của họ và đổi phòng ngủ khác cho cậu sau đó. Thế rồi lâu nay, cậu không còn nghe thấy âm thanh đó nữa.

Ranjit chỉ cần ngủ chút ít và rất khó đi vào giấc ngủ. Bố mẹ cậu đảm bảo cho cậu bé một phòng ngủ an toàn với một cửa ra vào và để cho cậu chơi đến khi ngủ thiếp đi. Họ bố trí một phòng ngủ an toàn với bầu không khí thoải mái, dễ chịu. Họ không ép mà để cậu ngủ tự nhiên. Khi cậu buồn ngủ, họ đưa cậu vào giường. Rồi từ từ, họ không đưa cậu vào giường nữa và cậu một mình tự lên giường ngủ.

Đến tám tuổi, Brian biết cậu phải ngủ dậy lúc 7 giờ sáng. Vài lần, cậu thức giấc trước 5 giờ 30 sáng và chạy tìm đồng hồ để xem thử đến 7 giờ chưa. Điều này đánh thức cả nhà phải dậy sớm. Bố mẹ cậu giải quyết vấn đề bằng cách cho gắn một đồng hồ số nhỏ ngay trên đầu giường cậu ngủ.

Anna biết mình khó ngủ và đòi bố cô bé phải ở lại với mình. Bố cô bé quấn cho cô trong một tấm chăn dày, phủ qua giường cô nằm. Điều này đã làm cô bé cảm thấy an toàn và cô đã tự ngủ thiếp đi.

### **8-3: Đi vệ sinh và vệ sinh**

Với trẻ nhỏ, kỹ năng đi vệ sinh một cách độc lập cần thời gian để phát triển. Con của bạn cũng cần trưởng thành đầy đủ về tinh thần và thể xác để hiểu được chức năng của ruột và bàng quang (bọng đái), nhờ vậy có thể kiểm soát được vấn đề tiểu tiện và đại tiện.

Đối với trẻ tự kỷ, kỹ năng nói trên có thể phát triển chậm hơn trẻ bình thường cùng lứa. Những khác biệt tiềm ẩn đã gây ra khó khăn khi chuyển đổi từ việc mặc tả giấy(bỉm) sang việc ngồi bô, hay từ những cách đi ngoài quen thuộc trong mỗi gia đình sang việc phải đi vào phòng vệ sinh xa lạ. Một số trẻ nhạy cảm với việc đi ngoài. Ví dụ: sợ vào phòng vệ sinh, quá nhạy với những mùi trong phòng vệ sinh. Chúng lo sợ về chuyện “xón ra” có thể dẫn đến việc khước từ vào nhà vệ sinh và vì thế nên cố “nhịn” cho đến khi không chịu được nữa! kết quả là phải cho ra cái “dơ bẩn” ấy. Việc chỉ hiểu theo nghĩa đen của trẻ tự kỷ cũng ảnh hưởng việc tập cho chúng đi vệ sinh.

Cũng như với bất cứ trẻ nào, việc tập đi vệ sinh cũng cần bạn làm “thám tử”.

Hãy để ý trẻ và khi thấy chúng có vẻ cần đi ngoài thì cho chúng vào nhà vệ sinh một cách thường xuyên. Hãy thay tả giấy (bỉm) trong phòng vệ sinh cho trẻ quen với môi trường này. Đối với một số trẻ, có thể dễ dàng khi thay đổi hình thức đi vệ sinh một lần từ mặc tả sang đi vào nhà cầu (ngồi xí) hơn là đổi qua hai giai đoạn, từ tả lót sang ngồi bô rồi sau đó sang nhà vệ sinh. Hãy cho trẻ biết cụ thể việc đi vệ sinh là thế nào. Hãy lấy anh chị em trong gia đình làm mẫu cho trẻ thấy. Khen ngợi bất cứ việc gì dù nhỏ nhất trẻ làm được và nhớ phớt lờ đi những sai sót nếu có. Bạn hãy khuyến khích trẻ bằng cách dùng phần thưởng làm tác nhân kích thích. Bạn cũng có thể dùng hỗ trợ trực quan để giúp trẻ trong vấn đề này và giúp trẻ hiểu về thói quen đi vệ sinh.

\*Câu chuyện:

Một bà mẹ có học khóa học Earlybird đã cố gắng không mặc tả cho cậu con, bà buộc cậu bé phải vào nhà vệ sinh nhưng cậu không chấp hành. Phải đến lúc bố cậu để cho cậu thấy ông tiểu tiện trong nhà vệ sinh. Mẹ cậu khen bố cậu đã sử dụng nhà vệ sinh như thế. Dần dà, cậu bé cũng hiểu mình phải làm gì và điều gì sẽ đến... và cậu bé bắt chước y như bố cậu về việc đi ngoài trong nhà vệ sinh.

Một gia đình khác giảng giải cho con trai họ hiểu nơi mà con người tổng khứ chất bã trong ruột! bằng cách cho cậu thấy phân trong tả của cậu khi được bỏ đi trong nhà vệ sinh.

Tom được bố mẹ giúp để học cách đi vệ sinh bằng cách cho cậu cầm theo món đồ chơi cậu rất thích là cái kèn trumpet vào nhà vệ sinh. Bất cứ ai dùng nhà vệ sinh thì được thổi kèn. Điều này giúp Tom thích vào nhà vệ sinh để đi vệ sinh.

Bố mẹ của John dùng một cái phao câu cá gây thích thú cho cậu bé khi vào nhà vệ sinh, cái phao đã làm cho cậu tập trung và cậu đã học cách đi vệ sinh một cách nhanh chóng.

## **Vệ sinh (thân thể)**

Như vấn đề đi vệ sinh, những kỹ năng như rửa mặt, đánh răng, cắt tóc, cắt móng tay cũng cần được chỉ bảo từng li từng tý, cẩn kẽ từng phần nhỏ và có hỗ trợ trực quan.

Tuy nhiên, lại có nhiều khó khăn do những tiềm ẩn khác biệt của trẻ tự kỷ nên nước có thể là nguyên nhân gây mê hoặc hoặc sợ hãi cho trẻ. Trẻ có thể quá nhạy cảm với nhiệt độ của nước tắm rửa nên trẻ có thể khó chịu hay thậm chí bị đau khi gội đầu.

Có lẽ bạn nên có những hoạt động, trò chơi nào đó như thổi bong bóng, dùng mùi hương của dầu thơm, âm nhạc hay một món đồ chơi trẻ ưa thích để kích thích trẻ, làm phần thưởng cho trẻ mỗi khi trẻ đi vệ sinh. Loại kem đánh răng được ưa thích, bàn chải đánh răng dùng pin, cái đồng hồ đếm giây, hát một bài hát hay bày một trò chơi nào đó để đánh răng cho trẻ dễ dàng. Bạn có thể vận dụng phương pháp mắc xích ngược để dạy trẻ thói quen vệ sinh cá nhân.

Chú ý rằng, một số trẻ tự kỷ có thể cảm thấy không thoải mái với những đụng chạm nhẹ nhưng lại thấy thoải mái với những tiếp xúc mạnh hơn. Nếu bạn ấn lên da đầu trước khi chải tóc hay ấn lên móng tay trước khi cắt có thể giảm đi lo lắng cho trẻ.

\*Câu chuyện:

Cậu bé Vinay không thích hớt tóc, nhất là cảm giác khó chịu khi người thợ cắt quanh vành tai và gáy. Bố mẹ cậu bé mua một quyển sách có hình minh họa cho cậu thấy công việc của người thợ cắt tóc và tầm quan trọng của việc ngồi trên ghế cắt tóc. Họ cho cậu bé thấy quá trình cắt tóc không gây hại gì và cậu bé đã vui vẻ khi kết thúc việc cắt tóc. Bố mẹ Vinay đã dùng quyển sách hình trên để chuẩn bị trước cho cậu và để cậu mang theo luôn bên mình.

## **8-4: Tổng kết bài học và liên hoan.**

Chúc mừng các bạn đã hoàn tất chương trình EralyBird. Cùng với chúng tôi, bạn đã học được **VÌ SAO** trẻ tự kỷ có những khác biệt và **LÀM CÁCH NÀO** tốt nhất để giúp trẻ vượt qua.

### **\*Lướt qua chương trình đã học:**

#### **Thấu hiểu trẻ tự kỷ**

- Những nhân tố tiềm ẩn (Tảng băng)
- Cách trẻ suy nghĩ, học và trải nghiệm thế giới

#### **Thấu hiểu giao tiếp**

- Người lớn thích nghi giao tiếp với trẻ
- Tương tác có tính cấu trúc để kích thích giao tiếp xã hội
- Xây dựng một giao tiếp không lời
- Sự dụng hỗ trợ trực quan để hỗ trợ giao tiếp

#### **Hiểu và phân tích hành vi**

- Sử dụng cấu trúc
- Nhận ra đâu là yếu tố kích thích (cò súng)
- Hiểu chức năng
- Phần thưởng thích hợp

Con trẻ và gia đình bạn sẽ nhận được nhiều điều bổ ích nếu bạn tiếp tục sử dụng kiến thức đã học được trong thời gian qua. Hãy nhìn về phía trước, định cho mình một mục tiêu để hướng tới. Cho con bạn tiếp cận từng bước nhỏ cùng với hỗ trợ trực quan. Tiêu chí chính là nhất quán, trước sau như một ở trường cũng như ở nhà nhằm cho trẻ có khái niệm bao quát những gì trẻ đang học.