

MỘT SỐ BIỆN PHÁP PHÁT TRIỂN KỸ NĂNG TỰ PHỤC VỤ CHO TRẺ RỐI LOẠN PHỔ TỰ KỶ 5-6 TUỔI TẠI GIA ĐÌNH

Lương Thị Hồng Nhung
Trung tâm nghiên cứu ứng dụng Tâm lý - Giáo dục Tâm An

Tóm tắt: Rối loạn phổ tự kỷ là một vấn đề quan trọng trong nhiều lĩnh vực như Y học, Giáo dục học và Tâm lý học. Đối với trẻ RLPTK, trẻ thường bị chậm phát triển trong việc học các kỹ năng tự chăm sóc bản thân như đánh răng, rửa tay hay mặc quần áo. Vì vậy cần đưa ra một số biện pháp phát triển kỹ năng tự phục vụ cho trẻ rối loạn phổ tự kỷ 5-6 tuổi tại gia đình

Từ khóa: biện pháp, trẻ rối loạn phổ tự kỷ, kỹ năng tự phục vụ

SOME MEASURES TO DEVELOP SELF-SERVICE SKILLS FOR CHILDREN WITH AUTISM SPECTRUM DISORDER AGED 5-6 AT HOME

Luong Thi Hong Nhung
Center for Applied Psychology - Education Tam An

Abstract: Autism spectrum disorder is an important issue in various fields such as Medicine, Education, and Psychology. Children with ASD often experience delays in learning self-care skills such as brushing teeth, washing hands, or getting dressed. Therefore, it is necessary to propose some measures to develop self-service skills for children with autism spectrum disorder aged 5-6 at home.

Keywords: measures, children with autism spectrum disorder, self-service skills

Nhận bài: 19/12/2024

Phản biện: 10/01/2025

Duyệt đăng: 14/01/2025

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Rối loạn phổ tự kỷ (RLPTK) là một vấn đề quan trọng trong nhiều lĩnh vực như Y học, Giáo dục học và Tâm lý học. Trẻ RLPTK gặp nhiều khó khăn, bao gồm hạn chế về kỹ năng tự phục vụ (KNTPV) và khả năng thích nghi với cuộc sống. Giai đoạn từ 5-6 tuổi là giai đoạn trẻ tiếp thu và thể hiện tính tự phục vụ mạnh mẽ nhất, tính tự phục vụ là một trong những phẩm chất nhân cách cần được quan tâm, hình thành ở trẻ ngay từ nhỏ. Tự phục vụ đối với trẻ mầm non nói chung và trẻ mẫu giáo 5 – 6 tuổi nói riêng là một phần nội dung của nhóm hành vi lớn hơn được gọi là “kỹ năng thích ứng”, một tập hợp những kỹ năng thực tế cho phép các cá nhân hoạt động trong cuộc sống hàng ngày.

Đối với trẻ RLPTK, trẻ thường bị chậm phát triển trong việc học các kỹ năng tự chăm sóc bản thân như đánh răng, rửa tay hay mặc quần áo. Do vậy, việc hình thành và phát triển kỹ năng, rèn luyện cho trẻ như giáo dục nhận thức được thực hiện tại gia đình. Xây dựng CĐSH cho trẻ tại nhà đều phải căn cứ đặc điểm tâm lý của trẻ, phù hợp với chế độ sinh hoạt của gia đình và mọi thành viên trong gia đình hỗ trợ trẻ duy trì, rèn luyện kỹ năng tự phục vụ (KNTPV).

2. NỘI DUNG NGHIÊN CỨU

2.1. Nâng cao nhận thức cho cha mẹ trẻ về sự cần thiết về phát triển KNTPV cho trẻ rối

loạn phổ tự kỷ 5-6 tuổi tại gia đình

Nâng cao nhận thức cho cha mẹ trẻ về sự cần thiết và vai trò phát triển KNTPV cho trẻ rối loạn phổ tự kỷ 5-6 tuổi tại gia đình là mục tiêu chiến lược quan trọng. Góp phần hình thành những kỹ năng ban đầu cho trẻ thực hiện phục vụ bản thân trẻ trong chế độ sinh hoạt hàng ngày, bên cạnh đó hỗ trợ đắc lực cho trẻ phát triển toàn diện hơn.

Chú trọng nâng cao, phát huy tính tích cực hơn hoạt động của nhà trường; bồi dưỡng tích cực, chủ động sáng tạo của mỗi giáo viên; xây dựng môi trường vật chất, môi trường xã hội trong và ngoài lớp học; đổi mới hoạt động chăm sóc giáo dục trẻ và đánh giá sự phát triển trẻ, ... Tất cả đều nhằm mục đích nâng cao chất lượng giáo dục và dạy dỗ trẻ.

Trẻ có những KNTPV trong hoạt động tốt, thói quen hành vi trong giao tiếp, ứng xử, biết cách điều khiển hành vi của mình. Phát huy tính tự phục vụ của trẻ khi trẻ được trải nghiệm với chế độ sinh hoạt hàng ngày tại gia đình khiến trẻ tự tin hơn trong hoạt động và giao tiếp. Cha mẹ biết tận dụng mọi lúc mọi nơi để kích thích động viên các cháu tham gia vào các hoạt động. Cha mẹ có thể học hỏi kinh nghiệm qua tài liệu, sách báo, tập san, tạp chí về giáo dục mầm non để nâng cao kiến thức. Nắm được đặc điểm tâm sinh lý của trẻ để khai thác nhu cầu, hứng thú và khả năng tiếp

thu của trẻ.

Cha mẹ trẻ nên giúp trẻ tận dụng tất cả các giác quan để khám phá sự vật xung quanh, tạo cho trẻ khả năng quan sát, bắt chước, tự phục vụ trong một số hoạt động. Ở trường, giáo viên cũng nên dành thời gian cho trẻ quan sát, xem xét, phỏng đoán, so sánh, sử dụng câu hỏi gợi mở, câu hỏi kích thích trẻ tư duy nhằm dẫn dắt trẻ suy nghĩ và giúp trẻ nói lên được về những gì chúng đang nhìn thấy. Sau đó giáo viên gợi ý cho trẻ chia sẻ, bày tỏ ý kiến của mình, cùng nhau trao đổi.

Để thực hiện có hiệu quả biện pháp này, “Hiệu trưởng các trường phải chú ý đến việc huy động sự phối hợp của các lực lượng giáo dục trong nhà trường. Đặc biệt, cha mẹ trẻ cần được khuyến khích tham gia tích cực vào các hoạt động để phát triển KNTPV cho trẻ rối loạn phổ tự kỷ 5-6 tuổi tại gia đình, cung cấp các thông tin về sự phát triển của trẻ; cần có cơ chế mở tạo điều kiện đối thoại giữa cha mẹ trẻ, giáo viên và các nhà quản lý để cùng nhau giải quyết vấn đề, hỗ trợ giáo viên, nhà trường thực hiện mục tiêu giáo dục.

2.2. Hướng dẫn trẻ các kỹ năng có thể xảy ra trong sinh hoạt hàng ngày tại gia đình

Giúp trẻ dễ dàng thực hiện các kỹ năng theo sự hướng dẫn của cha mẹ trẻ. Tạo sự tương tác, mối quan hệ thân thiện giữa cha mẹ trẻ và trẻ, từ đó cha mẹ trẻ dễ hướng dẫn và uốn nắn các KNTPV cho trẻ.

Khi hướng dẫn trẻ cha mẹ trẻ cần làm mẫu một cách cụ thể, ngắn và dễ thực hiện. Trẻ em học chủ yếu bằng cách quan sát và bắt chước những gì người khác làm, như thế được gọi là làm mẫu.

Bằng cách làm mẫu trực tiếp, giáo viên cung cấp cho học sinh ví dụ rõ ràng về một kỹ năng hoặc một thủ thuật nào đó. Giáo viên đưa ra một cấu trúc mẫu để hướng dẫn học sinh bằng cách:

- Mô tả kỹ năng.
- Mô tả rõ ràng các bước thực hiện kỹ năng
- Chia kỹ năng thành từng bước nhỏ.

Ví dụ nếu cha mẹ trẻ dạy trẻ ăn, trẻ cần phải xem những gì người khác làm gì khi họ ăn. Để học cách cư xử tại bữa ăn như người lớn cư xử, cách tốt nhất là để trẻ ăn cùng một lúc với người lớn trong nhà vì vậy ngoài việc hướng dẫn ở trường, GV cần phối hợp với phụ huynh.

Để việc hướng dẫn cho trẻ một cách có cấu trúc trong các tình huống thực xảy ra trong sinh hoạt hàng ngày được hiệu quả, cần thực hiện các bước sau:

Các kỹ năng tự phục vụ cần thiết phải phù hợp

với khả năng của trẻ tự kỷ 5- 6 tuổi và đảm bảo tính phát triển.

- Chia kỹ năng thành từng phần nhỏ, theo từng bước để thực hiện.

- Kiểm tra sự tiếp thu của trẻ trong suốt quá trình làm mẫu và thực hiện lại những bước có thể khó hiểu đối với trẻ.

- Đảm bảo nhịp độ phù hợp để trẻ có thể theo kịp

- Làm mẫu nhiều lần nếu cần để trẻ có thể ghi nhớ và tự mình thực hiện sau này.

- Tuân thủ các bước thực hiện KNTPV trong tất cả các tình huống thực xảy ra.

Cha mẹ cần có hiểu biết về chuyên môn, hiểu được đặc điểm tâm lý của trẻ. Tìm hiểu những sách hướng dẫn trẻ để theo một cấu trúc rõ ràng, cha mẹ dự kiến được các thao tác trong KNTPV theo trình tự và nhất quán. Ngoài ra cha mẹ còn có thể tham mưu cho BGH nhà trường, TTCM về các thiết bị dạy học cần thiết để phục vụ trong quá trình giảng dạy mà cha mẹ biết.

2.3. Tạo cơ hội cho trẻ tự làm, thực hành

Tạo cơ hội cho trẻ được tự làm, thực hành KNTPV một cách thường xuyên, lặp đi lặp lại dần dần trẻ sẽ nhập tâm thành những hình ảnh, biểu tượng trong đầu trẻ về các thao tác thực hiện KNTPV giúp trẻ có thể chủ động tự thực hiện các KNTPV.

Đối với trẻ RLPTK, các kỹ năng khó được các em ghi nhớ và làm theo, do đó giáo viên cần dành một khoảng thời gian nào đó trong ngày để hướng dẫn riêng cho trẻ và tạo cơ hội cho trẻ thực hiện. Nội dung có thể là củng cố các kỹ năng tự phục vụ đã học: đi dép, xếp dép, ... hay học một kỹ năng mới như: cởi, mặc áo khoác, dọn sách vở. Ví dụ: dạy trẻ kỹ năng tự lau mặt đánh răng trước khi đi ngủ và khi mới ngủ dậy.

Nhà trường cần trang bị các vật dụng cần thiết cho trẻ như: giá phơi khăn, khăn mặt, bàn chải đánh răng, giá để bàn chải đánh răng, kem đánh răng, ... Nên chọn các đồ vật xinh xắn, đáng yêu phù hợp với trẻ. Điều này sẽ tạo hứng thú mỗi khi trẻ tiến hành vệ sinh cá nhân. Cho trẻ xem các video hướng dẫn các nhân vật hoạt hình thực hiện hoạt động vệ sinh cá nhân như rửa mặt, đánh răng, trẻ sẽ cảm thấy hứng thú hơn vào thực hiện.

Sau đó, hướng dẫn trẻ các tự rửa mặt như thế nào, đánh răng ra sao, cách cầm khăn mặt và bàn chải, cách chải răng.

Cha mẹ trẻ làm cùng trẻ trước mỗi giờ đi ngủ với kỹ năng đánh răng và sau khi ngủ dậy với kỹ năng lau mặt để tạo cơ hội cho trẻ được quan sát,

củng cố các bước thực hiện kỹ năng, chính cho trẻ các hành động được chính xác hơn. Cha mẹ trẻ tích cực khen và tặng cho trẻ những món quà nhỏ khi trẻ tự mình hoàn thành vệ sinh cá nhân như: Trẻ biết tự xúc ăn, biết lấy gối, cất gối, biết lau miệng sau khi ăn xong....

Cha mẹ trẻ phải có đầy đủ kiến thức hiểu biết về hoạt động của trẻ mầm non, đặc biệt là trẻ RLPTK 5- 6 tuổi.

Lựa chọn nội dung giáo dục KNTPV phù hợp với trẻ RLPTK 5- 6 tuổi và phù hợp với CĐSH hàng ngày của trẻ ở trường mầm non.

Cha mẹ trẻ cần có sự linh hoạt trong việc lựa chọn phương pháp và hình thức tổ chức cho trẻ hoạt động

2.4. Khen thưởng kịp thời

Khen thưởng là phần thưởng tinh thần to lớn đối với trẻ, tạo động lực để trẻ làm những điều tốt hơn nữa. Khi trẻ RLPTK không biết rằng hành vi của mình có đúng, có tốt hay không thì khen thưởng cho trẻ chính là cách giúp cho trẻ tự tin hơn về bản thân.

Trong quá trình hoà nhập cho trẻ, khen thưởng là cách giáo viên sử dụng những lời khen, và phần thưởng (bao gồm cả vật chất và tinh thần) vào trong hoạt động giáo dục trẻ RLPTK khi trẻ tham gia lớp học. Đây là biện pháp phổ biến thường được sử dụng trong giáo dục cho trẻ, đặc biệt là trẻ nhỏ 5-6 tuổi. Tuy nhiên, nếu sử dụng biện pháp này một cách không hợp lý có thể dẫn đến tác dụng ngược hoặc nảy sinh những vấn đề khó khăn khác. Do vậy, khi tổ chức giáo dục KNTPV cho trẻ RLPTK 5- 6 tuổi thông qua chế độ sinh hoạt hàng ngày cần thực hiện một cách thật hiệu quả.

Khen thưởng ngay khi trẻ thực hiện được một

yêu cầu: Được sử dụng nhiều trong giai đoạn đầu mới thực hiện hướng dẫn, hỗ trợ trẻ hoặc khi trẻ bắt đầu có biểu hiện của hành vi rập khuôn. Ví dụ: ngay khi thấy trẻ có biểu hiện lặp đi lặp lại một hành động, GV đưa ra một yêu cầu, trẻ thực hiện yêu cầu ngay lập tức, GV khen thưởng trẻ.

Sử dụng biện pháp khen thưởng cần thể hiện sự chân thành với trẻ. Lời khen phải cụ thể và thực tế. Lời khen chỉ có ích với những đặc điểm có thể thay đổi ở trẻ. Để trẻ có thể nhận được khen thưởng, giáo viên cần xác định những tiêu chuẩn và tiêu chí yêu cầu trẻ đạt được, tránh trường hợp khen trẻ trong những yêu cầu mà trẻ không cần phải quá nỗ lực mới đạt được.

Luôn có những biện pháp khen thưởng, khích lệ, động viên công nhận trẻ đã hoàn thành công việc nào đó và đưa ra những lời nhận xét tích cực sau mỗi việc mà trẻ đã làm.

Cha mẹ trẻ cần có sự chuẩn bị chu đáo, bình tĩnh, tự tin, có sự ứng xử linh hoạt; cần có các mục tiêu cho từng bước thực hiện kỹ năng của trẻ rõ ràng để dựa vào đó có sự khen thưởng phù hợp và cha mẹ trẻ có thể sáng tạo các hình thức khen thưởng đối với trẻ.

III. KẾT LUẬN

Việc hướng dẫn trẻ RLPTK 5- 6 tuổi thực hiện các KNTPV đóng vai trò quan trọng cho quá trình phát triển của trẻ. Nhà trường cần tạo điều kiện thuận lợi và môi trường sống phù hợp giúp trẻ có tâm lý sẵn sàng thì trẻ sẽ dễ dàng nhanh chóng hòa nhập với cuộc sống hơn và luôn biết làm chủ bản thân mình. Bên cạnh đó là những biện pháp giáo dục KNTPV cho trẻ RLPTK 5- 6 tuổi tại gia đình có thể áp dụng rộng rãi với đối tượng trẻ mầm non RLPTK.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- Bộ Giáo dục và Đào tạo (2020), *Điều lệ trường mầm non*, Hà Nội.
- Bộ Giáo dục và Đào tạo (2021), *Kế hoạch số 626/KH-BGDĐT ngày 30 tháng 06 năm 2021 về chuyên đề “Xây dựng trường mầm non lấy trẻ làm trung tâm” giai đoạn 2021-2025*, Hà Nội.
- Nguyễn Thị Kim Anh (2016), *Tổng quan các nghiên cứu trên thế giới về dạy kỹ năng xã hội cho trẻ mầm non có rối loạn phổ tự kỷ*, Tạp chí Khoa học ĐHSPTP Hồ Chí Minh, số 4(82).
- Đỗ Thị Bắc (2015), *“Giáo dục kỹ năng tự phục vụ cho trẻ mẫu giáo bé ở trường mầm non thành phố Thái Nguyên”*, Trung tâm học liệu, Đại học Thái Nguyên.