

CÁCH ĐỐI PHÓ VỚI TẬT

Phương pháp sửa đổi hành vi tỏ ra có hiệu quả đối với trẻ nhỏ tự kỷ, nhưng thường là vô ích cho trẻ có khả năng cao với óc thông minh bình thường. Chương trình can thiệp sớm, can thiệp nhiều sẽ khiến tương lai trẻ được cải thiện trong khi đường lối thụ động như dùng tâm lý không có kết quả bằng. Một điểm quan trọng là chương trình có xếp đặt kỹ, rõ ràng để em bị lôi cuốn ra khung cảnh bên ngoài luôn mà không rút lui vào thế giới riêng.

Chương trình cũng cần có nhiều sinh hoạt và dùng một số phương pháp khác nhau, những phần sau nên có trong chương trình: sửa đổi hành vi cho uyển chuyển hơn, chỉnh ngôn, thể dục, trị liệu về giác quan (gồm sinh hoạt có tính kích thích hệ thăng bằng vestibular system ở tai và làm giảm mức nhạy cảm về xúc giác), nhạc, chơi với trẻ bình thường, và được thương yêu rất mực. Chương trình sẽ có hiệu quả thay đổi tùy theo trẻ và cái gì hữu hiệu cho trường hợp này có thể không được vậy cho trường hợp khác.

Trẻ càng được luyện tập sớm chừng nào thì em càng có nhiều cơ hội để học, và bởi não của trẻ nhỏ vẫn còn đang trong giai đoạn phát triển, người ta tin rằng chương trình can thiệp sớm cho em cơ hội tốt đẹp nhất để làm nảy nở trọn tiềm năng của em. Dù vậy bất kể trẻ có định bệnh lúc nào thì bắt đầu việc trị liệu lúc đó cũng chưa trễ.

Việc trị liệu sớm có hiệu quả là làm giảm hay đảo ngược lại những giới hạn của chúng tự kỷ. Phương pháp nào dựa trên sở thích của trẻ để nương theo đó tập luyện cho em, lập ra thời biểu rõ ràng, chỉ dẫn công việc bằng thứ tự từng bước giản dị, có sinh hoạt với phép tắc phân minh, và có phần thưởng khuyến khích hành vi tốt, xem ra cho ra kết quả lớn lao nhất.

Sự kiện cha mẹ dự vào phép trị liệu cũng là một yếu tố quan trọng giúp nó thành công. Cha mẹ làm việc với thầy cô và chuyên viên trị liệu để xác định hành vi nào cần thay đổi và kỹ năng nào cần được dạy. Càng ngày vai trò của cha mẹ là người thầy đầu tiên của trẻ càng được nhận biết, và có thêm nhiều chương trình bắt đầu huấn luyện cha mẹ để tiếp tục việc trị liệu tại nhà. Kinh nghiệm như muốn nói rằng khi cha và mẹ được huấn luyện để làm việc với trẻ thì họ hữu hiệu như thầy cô và trị liệu viên.



ĂN UỐNG

▀ Quan Sát.

Người tự kỷ thường có lối dinh dưỡng lạ đời, không quân bình, thiếu chất bổ dưỡng và có khuynh hướng thiên nặng về ăn món không tốt.

- Trẻ thường chỉ chịu ăn những thức ăn cho cùng cảm giác trong miệng, thí dụ cứng, giòn, mềm, chua. Có em chỉ ăn món giòn như cốm, khoai chiên giòn lát mỏng, bắp rang.
- Em có thể có mức chịu đau cao, tức lấy tay bốc món nóng bỏng trên chảo, bốc kem lạnh ăn, nếu ăn burger thì phải là nóng bốc khói.

Bởi trẻ kén ăn, cảnh hay thấy là mẹ đành phải chịu cho con ăn bất cứ món gì và bất cứ ở đâu, miễn sao có thức ăn vào miệng, tức có sự lựa chọn giữa việc tập thói quen tốt cho con và việc con chịu ăn. Trẻ tự kỷ thường khăng khăng đòi cho bằng được và khống chế người khác để được như ý. Gần như không trẻ tự kỷ nào có lối ăn uống bình thường, có trẻ thì hết sức kén ăn, em khác thì bạ gì ăn đó không phân biệt. Vài thí dụ là:

- Số món ăn, phải ăn 5 xúc xích và 6 miếng khoai chiên.
- Chỉ ăn thức ăn màu đỏ và đó không phải là ớt tây đỏ, cà chua, cá hồng, mà là chocolate Smarties màu đỏ, thạch đỏ.
- Ăn theo hình dạng, cộng khoai chiên phải cắt bằng hai đầu, khoai bánh mì phải cắt hình vuông bằng nhau mới ăn, món khác phải có hình thế này thế kia mới chịu, bằng không không đụng tới.
- Trẻ cũng ăn hay ít nhất ném đất cát, than đá, xà bông, sơn. Khi em ném thức ăn trong chén dành cho mèo, mẹ tìm được món cá sardines có mùi giống thức ăn mèo nên trẻ chịu ăn.

Việc ăn uống thường là vấn đề cho gia đình có trẻ tự kỷ vì:

- Trẻ chỉ ăn vài thực phẩm riêng biệt.
- Không chịu ăn thức ăn đặc.
- Chỉ ăn uống ở chỗ nhất định.

Có vài lý do cho những tật kể trên như trẻ chỉ chịu ăn vài món một phần vì lệ thuộc vào thói quen không muốn có thay đổi, phần khác vì nhạy cảm với mùi vị, tính chất món ăn như giòn, nhuyễn v.v. Bất cứ thay đổi nào như cùng thực phẩm hay khác nhà chế tạo cũng rất khó cho trẻ chấp nhận món mới. Nhiều câu chuyện kể trẻ thích ăn đúng giờ, đúng một chỗ mỗi ngày, với cùng muỗng nĩa và cùng một món hoài không chán. Cha mẹ phải thay đổi

thói quen của mình để bảo đảm là mọi việc đúng ý cho con chịu ăn. Họ kể lại những kinh nghiệm sau:

### • Tính nhạy cảm.

Khi biết con thích món gì và chịu ý mua hoài món đó cùng hiệu cho trẻ là củng cố thêm sự ưa thích ấy, trong khi tốt hơn ta nên ngăn ngừa, không cho lòng ưa thích phát triển quá độ. Bạn có thể mua cùng một món nhưng hai hiệu khác nhau và dọn chung ra, để trẻ làm quen với khẩu vị thay đổi một chút, vừa tập cho trẻ có sự uyển chuyển vừa khiến khẩu vị chấp nhận nhiều vị hơn.

### • Cần có thay đổi.

Một ý ta nghe nhắc hoài là người tự kỷ thích mọi việc xảy ra theo dự tính, tiên đoán được như sau A thì tới B tiếp theo là C v.v. Bởi không hiểu được ý nghĩa của việc chung quanh (vì không đoán được ý người, vì không nắm được ý chính...) trẻ không thể tiên đoán việc gì sẽ đến, nhất là khi không biết nói để hỏi mà người khác nói thì không hiểu (vì dùng thành ngữ bóng bẩy), em hóa lo lắng hoang mang. Phản ứng dễ hiểu là em muốn giữ mọi việc lúc nào cũng y hệt để cảm thấy an toàn. Biết được khó khăn này thì khi có thay đổi, ta chỉ nên thay đổi một điều mà giữ những điều khác y hệt, và áp dụng từ từ hơn là đột ngột.

Giả thử trẻ thích ăn một món vào bữa sáng (áo) và món khác bữa tối (cá), nay bạn có thể đặt hai món một lúc lên bàn vào bữa tối. Ngày đầu em không đụng tới, nhưng có thể em ăn một chút vào hôm sau và biến nó thành thông lệ. Nay sang bước khác là dọn lên bàn một món mới hoàn toàn, có thể trẻ sẽ la hét và hất xuống đất, đâu vậy hãy tiếp tục có món ấy hôm sau rồi hôm sau nữa cho tới khi em quen mắt với nó quen thấy mọi người ăn. Cha mẹ nói trẻ sẽ bắt chước ăn sau vài tuần kiên trì như vậy, mà cũng có thể không ! Chuyện cần là bạn hãy đều đặn thêm nhiều món mới vào bữa cơm và cuối cùng trẻ chịu có những thực phẩm khác nhau để gần em khi đã quen thuộc, và còn thích ăn vài món.

Kết quả là vậy nhưng trước khi tới đó, hãy thấy trước là sẽ có căng thẳng, bực dọc ở bàn ăn trong một thời gian. Trẻ không hiểu gì khi hất thức ăn mà nếu bạn nóng giận thì không có lợi cho ai hết, em không cố tính chọc tức bạn bởi một điều mà cha mẹ luôn tự an ủi là người tự kỷ không biết mưu tính, lập kế, thủ đoạn. Cách tốt nhất là cho trẻ đĩa thức ăn (đĩa plastic nếu cần để không vỡ) rồi làm ngơ nếu em cho nó bay lên trần nhà hay xuống đất. Thường thường vấn đề này hay thấy ở trẻ tự kỷ nặng có kỹ năng giao tiếp rất yếu kém như không biết nói hay biết nói ít, không hiểu lời nói thành ra bạn không thể giải thích, mà trẻ cũng không hiểu được dấu hiệu không lời như khi bạn cười, vuốt ve trấn an con. Bạn không thể ngăn chặn hành vi của trẻ, nhưng ít ra có thể ngăn không cho huyết áp của bạn lên quá cao.

### • Khó chuyển sang thức ăn đặc.

Trường hợp khác là trẻ 3 tuổi không chịu bú sữa để ăn thức ăn đặc, em chống đối mạnh mẽ như òa khóc khi thấy chén thức ăn và muốn được mang tới, và phun ra không chịu ăn, tiếp tục đòi bú mẹ như hồi nào đến giờ. Mẹ đối phó bằng cách giao con cho ngoại và vắng mặt ban đầu vài tiếng rồi tăng lên từ từ, cuối cùng dứt hẳn và cho con uống bằng ly. Lần đầu trẻ vút ly xuống sàn la khóc, nhưng mọi người đồng ý là tiếp tục như thế mỗi đêm, giữ bình tĩnh khi có chộn rộn. Đến chót thì trẻ quen với thông lệ mới là dứt sữa, chịu uống ly và ăn thức ăn đặc.

Điểm chính trong cả hai trường hợp là sự kiên trì của gia đình, thấy trước sẽ có khó khăn trong một thời gian và chấp nhận đương đầu với xáo trộn.

### • Ăn món lộn nhộn.

Có trẻ rất nhạy cảm về môi, miệng không muốn cho đánh răng, không bốc vật bỏ miệng thăm dò như đa số trẻ khác, và không thích món vừa mềm vừa cứng trộn lộn thí dụ trứng chung, cháo thịt, món mềm món cứng đi chung với nhau. Em cảm thấy không thoải mái và không biết làm gì với cảm giác lạ. Một cách đối phó là từ từ cho em ăn thức ăn bột nhuyễn, lấy ngón tay lấy những thức em không muốn trong miệng ra, ý chính là cho con thấy an tâm khi không muốn ăn món nào, không thấy bị ép buộc. Ý kiến khác là vài trẻ tự kỷ không kiểm soát được bấp thịu lo việc nhai và nuốt, vì vậy thức ăn nào cần nhai thì cho em làm quen từ từ để tập và không sợ miếng quá to hay nhai khó. Một bà mẹ thấy là phải dạy con nhai bằng cách lấy tay đẩy hàm dưới của em tới lui, cho em ý niệm về sự chuyển động của hàm và biết mình phải làm gì. Chuyên viên chỉnh ngôn cũng có cách để giúp trẻ điều hợp cử động của lưỡi và miệng, như cho thổi bong bóng nước, thổi miếng bông gòn.

Nói chung cha mẹ bắt đầu từ chỗ nào con chịu được và nới rộng từ từ, với sự kiên nhẫn ta có thể giảm bớt hay loại được hẳn tật khó ăn. Đặt một chút thức ăn mới vào bát của con, nhưng cho trẻ hiểu rõ là em không phải ăn nó nếu không muốn. Trẻ có thể ném một chút rồi bỏ không ăn, hay ăn thử thấy thích và ăn thêm. Dụng ý là có thức ăn trong bát làm trẻ quen với món đó, chịu được nó hơn và chấp nhận nó.

Trẻ cũng có thể kén ăn. Đặc điểm hay thấy nơi trẻ tự kỷ là chỉ ăn một số rất ít món, và ăn nhiều năm như vậy không chán. Việc không đổi món như vậy có thể dẫn tới hệ quả bất lợi về răng miệng như nói trong phần sức khỏe của sách nên cha mẹ cần lưu ý, mặt khác cha mẹ cũng có thể lo ngại là con không có đủ chất bổ dưỡng khi ăn mi gói ngày này sang ngày kia. Cái ngạc nhiên là mỗi trẻ một tật kén ăn riêng nhưng hầu như là tất cả lớn lên mạnh khỏe theo thức ăn mà chúng chọn.

Cha mẹ nên bình tĩnh và không nên lo lắng thái quá về chuyện ăn uống của con, mà tỏ ra thoải mái với việc trẻ

ăn nhiều hay ăn ít. Trẻ có thể chỉ ăn một bữa một ngày, hay thỉnh thoảng bỏ ăn một hai bữa liền cũng không sao. Khi đói chúng có thể chịu ăn món mà bình thường không chịu, nhưng ta cũng nên biết là trẻ tự kỷ làm như không biết đói và có thể nhịn đói lâu. Nhìn lại thì cách thức này có thể lộ ra từ lúc mới sinh, cha mẹ nhớ lại là con không khóc đòi bú mà nằm yên trong nôi.

## Những cách đổi pho khác.

Trẻ con nên được học về thức ăn trong khung cảnh thoải mái, tự nhiên không bị ép buộc, căng thẳng, khi cảm thấy an toàn, dễ chịu trẻ sẽ sẵn lòng chịu thử món mới. Vì vậy nên làm cho giờ cơm vui vẻ càng nhiều càng hay, cho em thấy người khác ăn những món khác nhau. Bạn cho con ăn thức ăn mà chúng thích trong khung cảnh ấy một thời gian trước khi tập cho con món mới một cách thông thả theo các lối sau:

— Tìm những món tương tự như món con thích và cho em ăn thử, phân loại theo món đặc món lỏng, màu sắc, mùi vị, giòn hay mềm. Thí dụ trẻ thích ăn khoai tây nghiền thì trộn vô đó bông cải nấu nhừ, cả hai đều mềm và màu trắng.

— Thay đổi từng chút một.

Có trẻ rất nhạy dù là thay đổi chỉ chút ít, thường khi trẻ chỉ chịu ăn thức ăn thuộc một nhãn hiệu nào đó thí dụ mì gói hiệu X mà thôi, khi ấy bạn thử đặt vào bát con một ít mì hiệu khác. Sally có lúc chỉ chịu ăn thức ăn màu lục, ba mẹ tập cho con chịu những màu khác bằng cách cho Sally ăn táo có vỏ màu lục và hồng !

— Tập ăn nhiều loại hương vị.

Hãy thử cùng loại thức ăn nhưng có hương vị thay đổi, như khoai chiên cắt theo hình khi vẩy khi khác, yoghurt mùi cam mùi dâu, những loại cheese khác nhau.

— Trộn chung các món.

Nếu trẻ thích cốm và chuối, bạn có thể trộn hai thứ lại để cho em học về những tính chất khác nhau.

— Chơi với thức ăn.

Trẻ tự kỷ sợ những gì xa lạ cũng như nhạy cảm về giác quan, không thích cảm giác khi đụng chạm món nào đó hay mùi vị của nó, và sợ hãi không muốn cho món ấy vào miệng. Ta hóa giải lòng sợ hãi này bằng cách cho em chơi với những tính chất khác nhau để làm quen, trong khi chơi tuyệt đối không gợi ý ăn uống món nào thì từ từ em sẽ chịu được. Nui chưa nấu có nhiều hình dạng và màu sắc khác nhau rất thích hợp cho sự tập luyện này, bạn hãy cùng với con dán nui ống, nui vỏ sò, nui chữ, nui ngôi sao thành hình trang trí đủ loại. Nhào bột làm bánh cho con biết bột nhào ra sao, để trẻ dùng khuôn cắt bánh có sự đụng chạm với bột, làm hình người bằng những khúc ca rốt, cắt khoanh cà tím cho con tô điểm làm mặt người v.v. Chủ đích trong khi chơi là cho trẻ cảm thấy quen thuộc và

thoải mái với các loại thực phẩm khác nhau.

Có trẻ bị nghẹn khi nuốt sợi spaghetti, từ đó về sau em ói mửa khi thấy đĩa mì ống. Tuy nhiên em nhìn mì ống khô thì không sao nên mẹ chơi với con, dán mì ống lên giấy, tô màu, từ từ trẻ thấy đĩa mì ở xa mà không ói mửa, rồi chịu cho đặt đĩa mì lên bàn vì em biết là không ai bắt em ăn. Ít nhất đó là một tiến bộ so với trước kia. Trẻ khác cũng ói mửa khi có mùi dưa ngâm dấm (pickle).

## TOILET.

Có hai nguyên do chính về khó khăn trong việc tập trẻ tự kỷ dùng bồn cầu. Hoặc em sợ bồn cầu hoặc em không biết mình phải làm gì.

- Trẻ quá nhạy về thính giác có thể kinh hoảng khi nghe dội nước, âm thanh nước chảy xoáy có thể làm đau tai em. Ta có thể tập bằng cách cho em ngồi bồn cầu cách xa bồn cầu.

- Trẻ khác lại thích nghe tiếng nước chảy nên thích bấm cho nước tuôn nhiều lần, nhưng em vẫn chưa biết cách ngồi toilet.

- Có em suy nghĩ hết sức cụ thể nên cách duy nhất để em biết dùng bồn cầu là có người lớn chỉ cho em phải làm gì. Em phải thấy ta dùng toilet như thế nào mới học được, bằng không cái em thấy chỉ là người lớn ngồi xuống bồn cầu rồi thôi. Chỉ có ngồi mà không làm gì hết, nên bạn phải làm cho em thấy.

- Với trẻ có trục trặc nặng về giác quan thì em không cảm nhận được lúc nào cần đi toilet, nếu thoải mái thì em có thể biết muốn tiêu, muốn tiểu nhưng nếu bị kích thích quá nhiều em không cảm biết cái thúc giục này và có lúc dùng toilet đúng cách, có lúc không.

Cái cần là bạn đừng la lối cau có khi con làm dơ nhà hay dơ quần áo, mà thường xuyên đặt trẻ lên bồn cầu vào những lúc em cần tiêu hay tiểu, đó là khi ngủ dậy, sau bữa ăn và sau khi uống nước giữa hai bữa ăn. Bạn sẽ cần theo dõi để biết thói quen của con khiến việc canh giờ cho con đi toilet được chính xác. Khi trẻ làm như ý bạn muốn thì khen con rồi rít hay có thưởng, nếu không có gì xảy ra thì làm thinh không tỏ ý chi.

## A. Tiểu.

Có trẻ tự kỷ biết dùng toilet không có gì khó khăn, tuy chậm hơn và học lâu hơn mới quen so với trẻ bình thường. Một số trẻ học khó khăn hơn vì các lý do sau:

— Khả năng liên lạc kém.

Trẻ có thể biết nói rất ít, khó cho người khác biết về nhu cầu của mình, hay không hiểu sự liên kết giữa lời nói và hành động.

— Thiếu ý thức.

Đây là một hình thức của tật không đoán được ý người, trẻ không thấy cần phải cho người lớn hay em muốn gì. Em cũng không cảm nhận áp lực của xã hội như trẻ bình

thường, thí dụ cha mẹ không thể khích lệ con bằng cách nói 'Con đi trong bồn cho mẹ vui', 'Con ngồi bồn cho giỏi', 'Con lớn rồi'. Trẻ cũng không ngại bị cười chê nên cha mẹ không thể dùng nó để thúc đẩy 'Con lớn mà còn mang tã người ta cười đó.' Câu nói này không có tác dụng với trẻ như ta muốn.

— Có thói quen.

Trẻ đã quen mang tã nay không muốn thay đổi theo lối khác.

— Thiếu nhạy cảm.

Trẻ có thể không nhận ra các dấu hiệu của cơ thể như muốn đi toilet.

Dù vì lý do gì, chuyện quan trọng là trẻ biết dùng toilet vì đó là cách sống trong xã hội mà em cần học, khả năng này cũng làm đời sống hàng ngày hóa thoải mái và dễ chấp nhận hơn cho mọi người chung quanh. Có một số nhỏ người tự kỷ nặng không học được việc dùng toilet, nhưng cha mẹ nên kiên trì tập cho con. Ta biết trẻ phát triển đến mức có thể tập dùng toilet khi có những dấu hiệu sau:

- giữ tã khô từ 2 - 3 giờ.
- đứng yên hay dừng lại khi tiêu tiểu.
- biết để ý khi tã ướt hay dơ.
- tự ý tiểu khi không mang tã và thích việc ấy.

Khi học cách dùng toilet thì có vài trục trặc thông thường dưới đây:

### • Không biết phải làm gì.

Có trẻ 5 tuổi dường như chưa nắm được ý về toilet, cha mẹ tập em đã hai năm mà không có kết quả. Em không hiểu là một số hành vi (đi tiêu, tiểu) nối kết với một chỗ đặc biệt (toilet), ngoài ra em biết nói rất ít cũng như không hiểu là người khác có thể giúp em giải quyết được nhu cầu của mình nếu em cho họ hay. Kể nữa em quen mang tã đã lâu, khi cha mẹ tập cho ngồi bồn hay ngồi toilet thì em rất ghét, và cũng có thể em chống đối ý này vì bồn cầu lạnh, vì cho em cảm giác nào khác không dễ chịu.

Cha mẹ nghĩ rằng đã tới lúc phải tổng tấn công ! nên soạn kế hoạch kỹ lưỡng, chuẩn bị tinh thần với những gì có thể xảy ra. Họ dự tính sẽ dốc toàn lực và thì giờ vào việc này, cùng biết trước là trong ba tuần tới việc tập con dùng toilet chiếm ưu tiên một số với những sinh hoạt khác trong nhà. Kế hoạch có những điểm sau đáng chú ý:

— chọn thời điểm thích hợp, chẳng hạn lúc nghỉ giữa hai học kỳ để xáo trộn giới hạn trong gia đình mà thôi.

— cho con mặc quần lung thun để dễ cởi.

— làm bảng có hình toilet. Trước khi dẫn con vào toilet cho trẻ xem hình này, có thể thêm chi tiết nếu trẻ bị tự kỷ nặng như các hình: Toilet. Kéo quần xuống. Ngồi lên bồn cầu. Tiểu. Chùi giấy. Đứng xuống đất. Bấm nước. Rửa tay. Lau tay. Ra khỏi toilet. Chơi xe lửa. Việc dùng hình được khuyến khích cho trẻ không biết nói, vì nhiều phần là em không hiểu lời người khác tức cha mẹ không thể nói để

giải thích cho con rõ, giải thích bằng hình sẽ thành công hơn.

— ghi rõ hay quan sát thói quen của con để huấn luyện. thí dụ trẻ hay đi toilet sau khi ăn sáng xong chừng 20' thì bạn mang con vào toilet 15' sau khi ăn sáng, bữa trưa hay trong ngày theo cách đó. Hãy kiên nhẫn ngồi với con cho tới khi có tiêu, tiểu.

— Khen con và có thưởng. Nếu trẻ không màng lời khen (là cái không thấy) mà thích sticker là cái thấy được thì dán ngôi sao lên bảng v.v. Muốn con cảm thấy an toàn hơn thì bạn có thể gắn bàn cầu nhỏ cho hợp, hay có ghế để chân làm trẻ thoải mái hơn.

Trong những ngày đầu cha mẹ dẫn con từng lúc đều đặn vào toilet, mà cũng để ý khi nào thấy con đứng yên hay rặn thì mang con vào. Khi có 'tai nạn' cũng lập tức đưa con vào toilet và làm ngơ không trừng phạt hay tỏ vẻ căm kỉnh khi lau chùi. Có ý nói rằng với trẻ tự kỷ nặng không biết toilet dùng làm gì, cha mẹ nên làm cho con thấy, dẫn con vào toilet với mình mỗi khi dùng.

### • Có vẻ sợ.

Trẻ có thể sợ té khi ngồi trên bồn cầu, thấy nước xoáy và sợ mình bị cuốn trôi theo, sợ tiếng nước chảy ào ào trong ống nước, hay những lý do khác liệt kê trong sách. Tùy theo trẻ mà cha mẹ tìm cách giải quyết, thí dụ gắn bàn cầu nhỏ có hình vẽ em ưa thích, mở nhạc cho em nghe hay đọc chuyện cho em. Với trường hợp nặng có em sợ tiếng động đến nỗi bịt tai la hét và nhất định không muốn có dính dáng chi đến toilet khi đi học, ở nhà thì ra sân tưới. Khi cha mẹ và thầy cô thuận như vậy thì trẻ tránh được môi trường mà em sợ hãi, nhưng sự nhân nhượng ấy cũng cố thêm sự tin tưởng của em rằng toilet là nơi đáng sợ.

Chuyện phải làm là giảm bớt nỗi sợ hãi này. Trẻ có một tấm thảm mà em thích ngồi lên vuốt ve, cha mẹ mới đặt tấm thảm ấy gần toilet trong nhà, mở cửa toilet, cùng với con ngồi trên thảm đọc sách ưa thích của em. Ban đầu trẻ đóng cửa lại mỗi lần đi ngang qua toilet, mẹ bèn làm một bảng để gắn một ngôi sao lên đó mỗi lần trẻ ngang qua toilet mà không đóng cửa. Từ từ tấm thảm được kéo vào trong toilet, trẻ đứng lên đó gắn ngôi sao lên bảng hờn nào không hay !, và em đi vào toilet không sợ hãi nữa.

Qua được chặng này, ba mẹ tập cho con dùng toilet ở nhà dù em vẫn còn sợ tiếng dội nước. Trường áp dụng cách tương tự là có bảng gắn sticker cho em mỗi lần chịu đi, ban đầu bảng gắn bên ngoài rồi một thời gian được gắn bên trong cửa, nhưng không làm em cảm thấy có ép buộc phải dùng toilet. Sau vài tuần trẻ tự động đi toilet một mình.

Với em khác cũng sợ tiếng dội nước, mỗi lần bấm nước xong là em bịt tai và co giò chạy ra khỏi toilet thật lẹ. Ba mẹ phản ứng bằng cách chụp hình và quay video cảnh họ vào toilet, nhấn nước rồi bước ra thông thả. Khi coi video mẹ đặt con ngồi trên lòng thoải mái, cùng với con xem và

sau đó thì dán hình lên giấy, viết một chuyện về việc đi toilet. Video có thể được cho xem tới lui nhiều lần, và chuyện đọc nhiều lần để hóa giải nỗi lo sợ, giúp trẻ bớt nhạy cảm với tiếng động. Mới đầu cha mẹ cho xem video mà không có âm thanh, vài ngày sau mẹ vặn âm thanh lên từ từ. Gia đình khác thì giải quyết bằng cách chờ cho trẻ đi xa khỏi toilet mới nhấn nước, khi đó trẻ hài lòng dùng toilet.

### • Tè dầm.

Nếu trẻ dưới 12 tuổi vẫn còn tè dầm, chưa hề có sáng nào dậy mà giường khô thì nhiều phần là hệ thần kinh của em chưa phát triển đủ để điều khiển việc này. Sự việc nằm ngoài tầm kiểm soát của trẻ nên phương pháp khen thưởng, khích lệ không áp dụng được. Quan sát ghi rằng khoảng 5% em trai 10 tuổi không có tự kỷ và 10% em 5 tuổi vẫn còn tè dầm, đôi khi đó là tật di truyền trong gia đình. Có lẽ bạn phải chờ cho trẻ lớn hơn và hệ thần kinh trưởng thành hơn, trong trường hợp ấy không có gì phải lo ngại cả.

### • Đi tiểu nhắm không đúng.

Tật này có thể khiến ba phải chùi nhà tắm luôn sau mỗi lần con dùng toilet, lý do là trẻ làm mà mắt ngó hình vẽ trên giấy dán tường thay vì nhìn cho trúng. Để giúp con, ba thả trái banh chơi bóng bàn vào bồn cầu và thách con nhắm cho trúng, cũng như sơn tường một màu.

Tóm tắt lại thì bạn cần xem kỹ là con đã phát triển đúng mức, sẵn sàng trước khi tập cho con dùng toilet, và xin nhớ rằng trừng phạt hay nổi giận với trẻ khi có 'tai nạn' chỉ làm câu chuyện tệ hơn mà thôi.

## B. Tiêu

Đi tiêu bậy muốn nói trẻ làm ở bất cứ chỗ nào ngoài toilet. Đôi khi chuyện xảy ra vì cơ và hệ thần kinh của trẻ chưa phát triển đủ, theo với thời gian sự việc sẽ khá hơn. Trong lúc chờ đợi bạn có thể bực bội nhưng đa số phương pháp sửa chữa không áp dụng được cho trường hợp này nếu cơ và hệ thần kinh chưa sẵn sàng. Ta hãy xem xét vài tật và cách đối phó:

### • Không chịu ngồi lên bồn cầu và chỉ đi tiêu trong tã.

Simon 7 tuổi có tật này, khi đặt ngồi lên bàn cầu thì em phản đối dữ dội. Rất có thể là em không hiểu tại sao phải dùng bồn cầu trong khi em thoải mái với việc đi tiêu trong tã, em đã quen mang tã từ bao lâu nay giờ không muốn thay đổi thói quen đó và không hiểu người khác muốn em phải làm gì. Cha mẹ có thể cho con làm quen với bàn cầu bằng cách để em ngồi lên đó một lát trước khi tắm, không đòi hỏi là em phải đi tiêu. Với việc trẻ quen cảm giác bó sát, êm của tã, bạn có thể thay bằng vật khác quần bằng

hàng mềm, ấm, hay vớ ấm, con gấu. Bạn cũng có thể tập cho con thói quen là để trẻ ngồi lên bàn cầu vài phút vào cùng giờ mỗi ngày, thường là sau khi ăn trưa hay ăn tối. Về những nỗi sợ hãi khác xin xem phần Tiêu ở trên.

### • Trét phân lên tường hay chơi với phân.

Một số trẻ tự kỷ nặng có tật này, em có thể nói được hay không biết nói, có thể bị xáo trộn về cảm quan như thích ngửi mùi hay thích dùng tay vọc để biết các tính chất khác nhau của vật. Có em luôn trét phân lên màn cửa, sàn nhà, thân hình. Em khác 15 tuổi bình thường biết đi toilet nhưng khi thông lệ thay đổi khiến em lo lắng hay có chuyện làm em bực bội thì sinh ra tật trên, thí dụ như khi em muốn đi toilet vào đúng giờ mỗi ngày nhưng có trẻ dùng toilet và em phải chờ. Bởi không biết nói, em không làm người khác hiểu được nhu cầu của mình, mà cũng không biết là cần làm vậy.

Tật sinh ra do các nguyên nhân khác nhau, cha mẹ sẽ cần tìm hiểu để biết cái nào là nguyên nhân chính và nghĩ cách đối phó, thí dụ trẻ thích chơi với nước, cha mẹ canh khi con vừa xong là kêu đi rửa tay, không cho em cơ hội chơi bậy; em khác được cho mang hộp cát vào toilet, đặt hộp cát trên đùi và vọc cát, nhờ vậy tật trét phân chấm dứt; mà có khi không có cách nào, chỉ chờ trẻ qua giai đoạn ấy. Ít khi trẻ cố tình chơi bậy để làm cha mẹ bực bội, thế nên đừng giận dữ vì trẻ không hiểu biết, tỏ ra trơ trọi với hành vi của mình. Tốt nhất là tìm những cách khác nhau để thay đổi tật của con.

## NGỦ

Cha mẹ nói rằng con tự kỷ rất khó ngủ, trẻ có nhiều vấn đề mà khi giải quyết làm tổn công sức nhiều lần hơn trẻ bình thường, làm như trẻ có sức chịu đựng giỏi hơn, la to hơn trẻ khác. Muốn thành công thì trong đa số trường hợp cha mẹ phải quyết tâm, kiên trì, chịu khó theo sát kế hoạch đặt ra. Hãy thử xem xét vài vấn đề hay gặp:

### • Khó ngủ.

Kỹ thuật gọi là 'Kiểm soát việc khóc la' được áp dụng cho:

— Trẻ hay thức dậy giữa đêm, la khóc muốn được bồng ẵm.

— Muốn cha mẹ ở với mình khi đi ngủ.

— Không muốn đi ngủ dù rõ ràng là mệt.

Trước khi làm thì cha mẹ cần xem kỹ là trẻ mạnh khỏe, không bị sợ hãi. Họ cũng phải quyết tâm và cả hai đồng lòng với nhau. Ý chính của phương pháp là giữ cho con an toàn nhưng không bế ra khỏi giường, không có hành động nào khuyến khích em ra khỏi giường. Nó có nghĩa tạm thời tìm bạn lạnh như băng, làm ngơ lời kêu khóc của con (20 tháng) nhưng ghé mắt trông coi thường xuyên. Khi trẻ khóc sau khi đặt vào giường hay dậy lúc nửa đêm, cha mẹ không đáp ứng ngay mà hay vào đó quyết định

trước là bạn có thể chờ trong bao lâu, thí dụ hai phút, sau đó tới với con và bình thản nói:

- Giờ ngủ, nằm xuống ngủ đi.

Bạn rời khỏi phòng không làm lớn chuyện không làm con chia trí. Nếu trẻ vẫn còn khóc thì hai phút sau bạn đi vào, lặp lại như trên và cứ như thế cho đến khi trẻ ngủ. Ngày kế tăng lên một phút thành ba phút mới vào phòng con. Sau ba ngày chuyện giảm dần và sau một tháng trẻ ngủ trọn đêm. Ban đầu dĩ nhiên là rất khó khăn nên điều quan trọng là theo sát thỏa thuận ban đầu giữa hai người là đi vào thăm nom rồi đi ra không làm chộn rộn. Hãy nhớ rằng bạn đang dạy con đi ngủ một mình hay ngủ trở lại một mình, để cuối cùng chính bạn có giấc ngủ như ý. Với trẻ lớn hơn (3, 4 tuổi) em có thể ra khỏi giường vào chui vào giường bạn giữa đêm, khi ấy nắm tay con dắt về phòng ngay không trách mắng gì hết mà chỉ nói:

- Vẫn còn ban đêm. Về giường ngủ.

Cách này được áp dụng rộng rãi cho trẻ bình thường lẫn tự kỷ, trẻ nhỏ và trẻ lớn, và thường có hiệu quả tốt đẹp.

### • Ăn và khi kêu đi ngủ.

Có trẻ la hét, đập đầu, ném đồ chơi khi không được như ý, thí dụ muốn ngủ chung giường với cha mẹ. Rủi ro ở đây là em có thể tự gây thương tích cho mình như cha mẹ càng làm nger thì em càng đập đầu mạnh, khó khăn khác là gây khó ngủ cho anh chị em. Cha mẹ phải vào phòng luôn để canh chừng con, mà làm vậy là tăng cường thói quen vì trẻ học được là ăn và lôi cuốn được ba mẹ tới, được ôm hôn.

Chuyên viên có những đề nghị sau cho cha mẹ:

— Tìm giờ đi ngủ bình thường của con, cộng thêm 30' và cho trẻ đi ngủ theo giờ này, có nghĩa tạm thời giới hạn số giờ ngủ trong ngày bằng cách đi ngủ trễ. Trước giờ đó cha mẹ giữ cho trẻ thức bằng một số việc, như chơi ghép hình, vẽ, đừng cho chơi trò trên máy điện toán mà giữ cho yên lặng, không có gì kích thích. Tới giờ em thắm mệt nên lên giường là ngủ ngay không có gì trực trặc.

— Lệ tổng quát là nếu trẻ ngủ trong vòng 15' sau khi lên giường trong hai đêm liền thì đêm sau giảm đi 15', có nghĩa nếu hôm trước ngủ lúc 10 giờ thì đêm sau đi ngủ lúc 9.45. Còn nếu trẻ không ngủ liền sau 15' thì tăng giờ ngủ lên 1 tiếng.

Một số cha mẹ áp dụng và thấy có hiệu quả.

— Người khác thì có cách là tạm thời giới hạn số giờ ngủ trong ngày bằng cách thức sớm, như đối với trẻ hay dậy giữa đêm thì nay họ đánh thức con dậy 30' sớm hơn bình thường và trong ngày có sinh hoạt không để cho trẻ ngủ giấc ngắn. Ban đầu cũng rất khó nhưng cách ấy làm trẻ mệt vào cuối ngày, lên giường là em ngủ ngay. Khi được vậy thì bạn có thể lơ và từ từ cho em ngủ đúng cũ trở lại như bình thường là 8, 9 hay 10 tiếng. Lợi điểm của cách này là để đánh thức em dậy sớm hơn là kêu em đi ngủ sớm ban

đêm.

### • Muốn có cha mẹ trong phòng.

Trẻ 6 tuổi muốn cha mẹ ở cạnh em khi thi u ngủ và kêu la khi nằm một mình trong phòng. Có khi sau khi mẹ đọc chuyện xong phải ba tiếng sau em mới ngủ và mẹ ra khỏi phòng, trọn buổi tối như vậy bị trẻ kiểm soát. Cha mẹ muốn có giờ riêng cho mình nên làm những cách sau:

— Trẻ được để một mình trong phòng, nếu khóc la đòi có người trong phòng thì mỗi lần như vậy cha mẹ bình thản dẫn con trở lại vào giường, còn mình thì đi ra. Thấy là trẻ sẽ làm rộn, cha mẹ giải thích và xin lỗi trước với hàng xóm về tiếng ồn. Ba đêm đầu trẻ khóc một tiếng đồng hồ mới ngưng, chuyện rất khó cho cha mẹ nhưng rất đáng công nếu bạn làm được cách này. Việc đi ngủ sẽ cải thiện rất mau lẹ và lâu dài thì cha mẹ hết sức hài lòng khi trẻ có lối ngủ tốt đẹp.

Những chi tiết khác:

— Nên tạo thói quen đi ngủ từ khi trẻ còn nhỏ, thay đổi thói quen khi trẻ đã lớn thường khó hơn nhiều.

— Thông lệ khi đi ngủ:

Nên có thông lệ rõ ràng, thí dụ như:

\* báo tới giờ đi ngủ

\* mặc quần áo ngủ

\* uống nước, đánh răng

\* đi toilet, rửa tay

\* lên giường

\* nghe kể chuyện ngắn

\* hôn ba mẹ đi ngủ

\* tắt đèn

\* ba mẹ chúc ngủ ngon và đi ra.

Bạn thấy đâu có gì cần phải nói nhưng trẻ AS 11 tuổi rất thông minh bảo rằng em không tự động biết làm, khi cho thấy thứ tự và hiểu rõ thì sẽ dễ ngủ hơn.

— Giờ ngủ.

Nên là khi nào trẻ mệt, cố gắng giữ cùng giờ mỗi đêm khi bạn muốn tạo thói quen mới.

— Trẻ con cần học ngủ một mình.

— Tránh ngủ ngày sau khi trẻ được 3 hay 4 tuổi.

— Cho trẻ ăn hay uống một chút trước khi đi ngủ thì tránh được việc nửa đêm dậy bụng đói, tuy nhiên không uống những thức có tính kích thích như cola, cà phê, chocolate, trà làm trẻ thức lâu.

### • Làm giảm nhạy cảm.

Chỉ có thay đổi từ từ cho trẻ quen dần với thông lệ mới trước khi có thay đổi tiếp, và chót hết nên chọn thời điểm hành động khi bạn có năng lực và quyết tâm thực hiện, thí dụ vào lúc nghỉ giữa hai học kỳ để tránh cho trẻ không bị nhiều xáo trộn cùng một lúc, và cũng để bạn có nhiều thì giờ cho con.

## SI MÊ (Obsession, Preoccupation).

Điều quan trọng cần nhớ là sự can thiệp khi có si mê thái quá là nhằm giới hạn hành vi để nó không cho ảnh hưởng bất lợi, mà không phải là cấm hoàn toàn. Trẻ thường vui thích với hành vi này nên ngăn cấm là chuyện phản tác dụng. Nếu trẻ chỉ có vài sở thích mà cấm đi một thì dễ làm em giận dữ, cũng như bỏ tật này thì rất thường khi sinh ra tật khác thế chỗ. Si mê không nhất thiết là xấu, em có thể dùng nó để kết bạn, có giao tiếp và cảm thấy an tâm vì nói về đề tài em biết rành. Ta cần phân biệt tật si mê và tật lập đi lập lại như phẩy tay, lắc lư thân hình. Si mê là sự chú ý hướng vào vật gì bên ngoài như phi cơ, đồ điện, trong khi cử chỉ lặp khuôn kéo dài cả tiếng đồng hồ có thể gây tổn hại cho hệ thần kinh.

### • Tật xếp vật thành hàng.

Tật này rất hay thấy nơi trẻ tự kỷ, có xe hơi thì em xếp xe hơi, vào phòng tắm thì xếp xà phòng dọc theo thành bồn tắm. Tan học về nhà thì chuyện đầu tiên em làm là xếp lính trong phòng khách, em chỉ thích làm một mình, không muốn ai xê dịch vật đã xếp, và biết ngay có ai gây xáo trộn trong lúc em ra khỏi phòng. Cha mẹ quyết định sửa đổi bằng cách tập cho em chịu có cha hay mẹ chơi với em 5' trong trò xếp hàng các vật. Một khi chịu rồi thì từ đây cha mẹ sẽ thêm ý làm trò chơi uyển chuyển hơn và dần dần tới mức có tính sáng tạo hơn.

Ban đầu ba chỉ ngồi gần xem con chơi, quen rồi thì ba đưa lính cho con xếp thành hàng, mỗi ngày dự thêm một chút vào trò của con. Nó có thể chán và buồn tẻ nhưng cha mẹ nghĩ là đáng công. Khoảng 10 ngày sau em chịu cho chị của mình chơi chung, rồi có thay đổi từ từ và khi ba đàn hàng ngang cho lính tập trận thì trẻ không phản đối.

• Trẻ AS có tật nói hoài về đề tài mà em ưa thích, bất kể người nghe có thích hay không; dù họ tỏ vẻ bực bội hay chán ngán phải nghe y một chuyện lần thứ mấy trăm. Có một số lý do khi em nói tới nói lui như thế:

- lo lắng
- dùng đó là cơ để tránh né chuyện em thấy không đủ sức làm, thí dụ do kinh nghiệm trẻ biết là không hiểu đủ lời người khác để nói chuyện xã giao, nên chỉ nói về điều mà em biết rành là sở thích của mình.
- vì em thực sự ưa thích đề tài ấy.
- đó là cách duy nhất em biết để làm người khác chú ý, để liên lạc với họ.

Nếu nghĩ rằng con nhắc đi nhắc lại một chuyện vì lo lắng thì bạn có thể hỏi chuyện để trấn an hay cùng với con tìm cách giải quyết cho thỏa đáng. Nếu đó là vì những lý do khác thì kinh nghiệm sau của một gia đình có trẻ AS không chừng cho bạn ý để áp dụng cho trường hợp của mình. Arthur 16 tuổi có AS thích nói về máy điều hòa không khí và nói rất lâu với ai chịu nghe. Ba mẹ hiểu ra là

về nhiều mặt cách ấy cho phép em có giao tiếp mà em thích nhưng trong giới hạn an toàn cho em. Trẻ có thể kiểm soát được cuộc chuyện trò, biết nó dẫn tới đâu tức không có gì bất ngờ làm em phải bối rối, mặt khác em tránh được những đề tài xa lạ khác mà em không biết nhiều, không biết phải đáp trả ra sao.

Ba mẹ nghe hoài cũng mệt mà cửa hàng em đến và trò chuyện với khách cũng không hài lòng về cách cư xử của em, nên gia đình đặt ra một số luật:

- Trẻ chỉ được phép nói cho họ nghe về máy hai lần một ngày, mỗi lần không hơn 10 phút.
  - Em không được phép nói chuyện với bất cứ ai trong cửa hàng mà không có phép trước của người quản lý. Tuy nhiên em có thể vào tiệm ngắm hàng.
- Trong khi đó ba mẹ hiểu là Arthur cần được giúp để nói về những đề tài khác khi trò chuyện, nên họ tập cho em nói về chương trình TV mà em thích xem, những nơi em đã tới thăm trong nước, thí dụ vậy. Em cũng được chỉ cách lắng nghe, chờ đợi tới phiên, và nhận ra những dấu hiệu muốn nói rằng khách nghe đã đủ và không muốn nghe nữa, và biết ngưng lại.

Để dạy con kỹ thuật giao tiếp bạn có thể cho con biết thứ tự những lời nói khi gặp khách:

- Bạn mạnh giỏi ? Tên tôi là Michael. (ngừng một lát). Tên bạn là gì ?

Nếu đó là trẻ nhỏ thì hỏi tuổi, còn là người lớn thì hỏi họ ở đâu. Sau đó hỏi sở thích họ là gì trước khi kể cho khách nghe hết mọi điều về đề tài ưa thích của em.

Ta không nên ngăn cấm em vì về một số mặt nói về đề tài này làm trẻ dịu xuống bớt lo lắng trong khung cảnh xa lạ, cho phép em tương tác với người khác một cách tự tin, thế nên cấm em nói là chuyện không thích hợp.

Nguyên tắc chung để đối phó với tật si mê là hỏi những câu sau:

- Tật có hại hay có lợi cho việc phát triển ?
- Có cách nào biến đổi tật để giúp trẻ phát triển. Nghĩ những cách dùng sự si mê để giúp trẻ phát triển.
- Nếu có hại thì đổi bằng cách nào ?
- Dùng ngăn cấm hoàn toàn trừ phi nó nguy hiểm, mà chỉ nên đặt giới hạn như được nói mỗi ngày mấy lần về đề tài ưa thích, mỗi lần bao lâu (ở đâu, khi nào, bao lâu, với ai v.v.).
- Chỉ nên tìm cách thay đổi
  - a. nếu nó có hại cho sự phát triển về mặt giao tiếp hay tâm trí.
  - b. nếu về sau không thể chấp nhận được ngoài xã hội (thích vuốt tóc người khác).
  - c. nếu nó bắt đầu kiểm soát đời sống gia đình (đòi rằng người trong nhà phải mặc y phục màu gì).

Tật si mê có thể được lợi dụng để giúp chúng phát triển. Trẻ thích một loại máy móc được thầy khuyến khích đọc thêm tài liệu khoa học, tìm hiểu về cách máy hoạt động và



có người vì vậy đi chuyên về một ngành và sử dụng được tài năng của họ, thí dụ như cô Temple Grandin trở thành giáo sư đại học chuyên về họa kiểu máy móc ở trại chăn nuôi gia súc. Cô nói rằng khi xưa chuyên viên tâm lý cho rằng si mê này không tốt và muốn loại trừ nó, nếu điều ấy xảy ra thì không chừng giờ này cô đang ngồi lơ lảo xem truyền hình suốt ngày trong một viện thay vì tạo ra đủ loại máy móc cho kỹ nghệ gia súc.

Người khác lúc nhỏ mê say con số, họ được cho vào làm việc ở nông trại, nông gia khéo léo phối hợp óc si mê với công việc bằng cách nói rằng khi cậu bé bừa xong khoảng ruộng thì được phép đếm những hàng bắp là điều cậu rất thích, ngày nào cũng đếm. Có động cơ thúc đẩy nên cậu bé hăng say làm và khi lớn vào ngân hàng làm việc, thỏa mãn được cái si mê của mình.

Đôi khi si mê có nguồn gốc từ giác quan, một em thích đeo băng quảng cáo mùa bầu cử một tấm trước bụng một tấm sau lưng, vì hai tấm trí xuống ép lại cho em cảm giác thoải mái. Đeo quảng cáo dẫn đến tật si mê chuyện bầu cử, thầy cô có thể nương theo đó kích thích và làm em chú tâm vào các vấn đề xã hội. Đếm phiếu sẽ thúc đẩy em học toán, hay khuyến khích việc tập đọc bằng cách kêu em đọc những bài báo về nhân vật có hình trên băng quảng cáo. Nói rộng ra nếu trẻ ưa thích máy hút bụi thì cuốn chỉ dẫn cách dùng máy có thể dùng làm sách tập đọc cho em. Tật si mê có thể trở thành động cơ thúc đẩy mạnh mẽ và thầy cô nên lợi dụng tật thay vì cấm cản, loại bỏ nó. Trẻ thích đi ra đi vào cửa tự động máy tiếng đồng hồ để thấy cửa mở ra đóng lại thì có thể khuyến khích tìm hiểu cách hoạt động của cửa, và không chừng vì vậy trẻ sẽ miệt mài với khoa điện tử. Lòng ưa thích hạn hẹp chỉ một vật một điều cần được mở rộng thành sinh hoạt có tính xây dựng, và điều này làm được cho người có khả năng cao lẫn khả năng thấp.

Ta nên dùng tật si mê để khuyến khích bài trường và chuyện học. Nếu trẻ si mê xe lửa thì khuyến khích em đọc và làm toán về đề tài này. Không nên cấm đoán hay cất xe lửa đi chỗ khác nhưng đặt ra giới hạn, trẻ cần biết là có những lúc em không được nói về xe lửa. Đặt ra giao ước là chỉ được kể chuyện xe lửa sau giờ cơm, lúc 8 giờ tối và chỉ được nói 15 phút thôi. Hễ em quên và muốn nói lúc khác thì nhắc cho em nhớ.

Kế đó lợi dụng si mê này để mở rộng sang chuyện khác có tính giáo dục hay tương giao. Ta có thể khuyến khích em tìm hiểu về lịch sử đường hỏa xa, và đi rộng hơn sang sinh hoạt hữu ích như học về cách làm việc của đầu máy xe lửa. Nếu thích búng đồng xu cho xoay tròn giờ này sang giờ kia thì bày trò chơi chung với em, cho trẻ học cách thay phiên búng đồng xu tức kỹ năng giao tiếp.

Đôi khi tật của trẻ có thể được dùng để thúc đẩy em làm nhiều việc. Cyril rất thích nói về máy bay, bao lâu em được phép viết một đoạn về máy bay trong bài làm, bất kể

đề tài có liên quan đến máy bay hay không thì bài viết cải thiện dần dần. Năm sau em được phép viết chỉ ba hay bốn câu và trên một tờ giấy riêng để không lẫn lộn với bài phải làm. Nếu lớp học bài nào có liên quan đến máy bay thì Cyril sẽ là cố vấn, đóng góp nhiều ý kiến làm tăng lòng tự tin của em. Nó muốn nói có những cách sử dụng được tật của trẻ một cách tốt đẹp tùy sáng kiến của cha mẹ và thầy cô.

Cha mẹ nên tìm người hướng dẫn (mentor) nếu con có khả năng cao để phát triển khả năng của trẻ cho em đi làm. Bạn có thể dán mẫu thông báo ở phân khoa điện toán hay bất cứ ngành nào của trường đại học, nói chuyện với nhân viên một công ty liên hệ.

Nhiều cha mẹ thử trước hết việc thưởng khi em không làm hành vi ta muốn tránh, hay khi làm hành vi ta muốn em làm. Sara 8 tuổi mỗi lần ra phố với gia đình thì bắt buộc phải vào hai cửa hàng em thích, lần nào cũng y hệt hai tiệm này; hễ không chịu ý là em ăn vạ. Đây là vấn đề vì mẹ muốn em có thể đi ra ngoài tiếp xúc, nhưng tật này lên tới mức bà gần như không hề dẫn Sara đi đâu nữa vì hết hơi mỗi khi em la hét, bị căng thẳng khi đi phố sắm hàng và không chịu được cái nhìn của người khác. Tuy nhiên Sara ở nhà không giao thiệp với ai thì cũng không tốt cho em, mẹ thỏa thuận với Sara là mỗi lần em vào một cửa hàng khác cùng với mẹ thì được một viên kẹo, và ngạc nhiên thấy là thành công dễ dàng. Ban đầu hai mẹ con chỉ vào một hay hai tiệm rồi dần dần đi thêm nhiều cửa hàng khác, Sara vẫn muốn vào hai tiệm của em nhưng nay việc đi phố không còn là vấn đề cho bà mẹ.

Một kỹ thuật khác là uốn nắn, theo đó lòng si mê của trẻ được hướng theo chiều hữu ích cho em. Thí dụ Phil 12 tuổi thích sờ giày người khác và ngửi nó, mỗi khi thấy ai là nhìn trước tiên vào giày của họ, muốn sờ nó. Em không phân biệt ai lạ quen, và tự nhiên là có người không thích vậy. Gia đình nghĩ cách phạt em nhưng không ăn thua, nghĩ cách khác cho em làm và có thưởng nhưng không làm em đổi tính. Họ mới quyết định là nếu không ngăn cấm được sở thích này thì tìm cách thay đổi nó khiến xã hội dễ chấp nhận hơn, cha mẹ dạy con tự giới thiệu mình với người khác mà không a thảng tới giày của họ. Em tập hỏi những câu xã giao như tên khách, và sau đó hỏi về giày nhưng không đụng tới nó. Phil chịu làm và hỏi cỡ giày của khách, làm bằng da gì, mua ở đâu. Người ta thấy hài lòng hơn với cách này.

Âm nhạc: David 7 tuổi la hoài trong ngày, khi cho đi học trị liệu bằng nhạc thì em thích giọng hát trầm, êm, kéo dài. Sau 10 buổi như thế tật hét khản cổ được thay bằng giọng ngâm nga êm dịu hơn. Em cảm thấy sung sướng với giọng đó, còn gia đình thì biết cách dùng nhạc trong nhà để làm em thoải mái.



# TẬT VỀ HÀNH VI

## 1. Tổng Quát.

Cha mẹ thường phải làm thám tử để tìm ra lý do con có hành động này hay kia, nhất là khi con còn nhỏ chưa biết nói để giải thích. Bạn sẽ phải làm việc này thường hơn với trẻ tự kỷ. Tâm lý gia nói rằng hành vi xảy ra trong khung cảnh, thí dụ trẻ la hét khi vào siêu thị mà không la hét ở chỗ khác; và hành vi xảy ra theo thời gian, có nghĩa có chuyện xảy ra trước khi có hành vi và có chuyện xảy ra sau hành vi. Cái xảy ra trước, trong lúc, và sau đó đều có thể ảnh hưởng đến hành vi, làm nó để tái lại hay không. Thí dụ:

- Trước đó: trẻ ngủ ngon buổi tối thì điều này ảnh hưởng đến hành vi của em sáng hôm sau và ngược lại.

- Trong khi: nếu đang lăn ra sàn dẫy dựa mà được cho kẹo thì điều này ảnh hưởng hành vi lập tức là chấm dứt việc dẫy dựa, mà cũng ảnh hưởng lâu dài về sau là trẻ có thể ăn vạ thường hơn để mong được cho kẹo.

- Sau đó: nếu trẻ được dẫn đi mua đồ chơi ngay sau khi hết dặm chân la hét, nó có thể ảnh hưởng cách em hành động ra sao lần sau trong cùng trường hợp, tức xem đồ chơi như là phần thưởng cho việc dặm chân la hét.

Trẻ tự kỷ đòi hỏi có đối phó khác một chút về hành vi so với những trẻ khác vì những sai biệt sau:

— Không đoán ra ý (mindblindedness). Khi còn nhỏ trẻ con thường chỉ biết có mình nhưng khi lớn lên chúng được dạy việc cho và nhận, biết chia sẻ, biết thay phiên, phát triển ý niệm công bằng, biết quan tâm đến người khác và hiểu rằng họ cũng có nhu cầu như chúng và cần được tôn trọng. Trẻ tự kỷ gặp khó khăn với ý đó, chúng không nghĩ đến người khác, nhu cầu của họ và sự công bằng. Có thiếu sót này không phải vì chúng ích kỷ mà vì thiếu khả năng đoán được ý người. Trẻ không biết xếp hàng ở lớp hay quây tính tiền khi đi phố, chỉ vì không hiểu rằng phải chờ tới phiên hay phải chia sẻ.

— Trẻ cũng không nghĩ xa vì thiếu óc tưởng tượng, em chỉ biết nơi đây và bây giờ nên kêu chờ đợi rồi sẽ có thưởng thì em không hiểu.

Có một số cách đối phó với hành vi tỏ ra không hiệu quả cho trẻ tự kỷ so với trẻ bình thường:

• **Khen thưởng:** Trẻ không màng đến người khác nên lời khen hay tình cảm không thúc đẩy chúng làm điều ta muốn. Nói:

- Con cất đồ chơi vào hộp thì mẹ vui lắm.

không ăn thua gì. Trẻ không hiểu quan điểm của người khác và không để ý tới sự vui buồn của họ, chẳng màng là người lớn hài lòng hay không với chúng.

### • Cảm giác có lỗi.

Dùng cách này cũng không thành công. Thí dụ ta nói:

- Sáng nay con làm mẹ đi làm trễ giờ tại con không sửa soạn tập vở kịp giờ đi học.

Lý do là trẻ không đoán được ý người nên không hiểu là hành vi của chúng gây ảnh hưởng ra sao cho người khác và nhiều phần là chúng không nghĩ tới điều ấy. Muốn cảm thấy có lỗi ta phải biết người khác sẽ nghĩ về ta tệ như thế nào, trẻ tự kỷ không có khả năng tưởng tượng đó. Cũng giống vậy, làm trẻ xấu hổ cũng không đạt kết quả, như bảo:

- Ai cũng cười chế nhạo nếu con mặc áo len đi học hôm trời nóng như vậy.

### • Bỏ đi.

Khi con ăn vạ ngoài phố cha mẹ có thể bỏ đi và trẻ lồm cồm ngồi dậy chạy theo ! Nhưng trẻ tự kỷ nhiều phần không làm vậy vì chúng không ý thức là con không nên xa cha mẹ, trẻ tự kỷ có thể bỏ nhà đi xa không chút sợ hãi hay lo lắng vì vậy việc giả vờ bỏ đi không cho ta kết quả như ý, nó cũng có rủi ro là trẻ không được an toàn khi để yên một mình. Nhưng nó không có nghĩa là bạn phải chịu theo ý con. Tật ăn vạ sẽ bớt khi trẻ ý thức là sẽ không có được cái chúng muốn. Bình tĩnh và cứng rắn xem ra có hiệu quả, một ông bố xốc nách con đem ra xe khi trẻ nổi cơn, mở máy dọ sẽ quay về nhà nếu em không nín khóc và sau một lát trẻ thuận theo. Trẻ sẽ hiểu ra từ từ nhưng chậm hơn trẻ khác.

Do hành vi của mình, một số trẻ tự kỷ kiểm soát sinh hoạt trong gia đình, đặt điều kiện cho người khác như chỉ cho mẹ đi chợ thứ năm, thứ hai nào cũng ăn cá buổi cơm tối v.v. Chúng ấn định được cái gì xảy ra và khi nào, trẻ có quyền hạn như vậy vì một số yếu tố:

a - Cha mẹ tin rằng vì trẻ tự kỷ không hiểu được mình phải làm gì thì nên cho phép chúng muốn làm gì thì làm.

b - Cha mẹ tin là không có cách nào đối phó vậy cứ để trẻ làm chuyện chúng muốn làm.

c - Cha mẹ và người thân tội nghiệp trẻ có chúng tự kỷ nên nhượng bộ, chịu theo ý chúng luôn luôn.

d- Cha mẹ hết hơi hay chán nản hay cả hai vì trẻ quậy quá đổi họ không thể đối phó.

e - Cha mẹ để trẻ tự kỷ đòi được ý mình khi chúng còn nhỏ, khiến khi lớn lên trẻ tiếp tục muốn duy trì tình trạng.

f - Trẻ hung hăng khiến cha mẹ lo ngại con sẽ tự hại thân hay hại người khác nếu không được như ý (đập đầu vào tường, cắn mình hay cắn người).

Dù vì lý do nào, cha mẹ nên nhìn xa để thấy rằng mai sau khi trẻ thành người lớn sống với gia đình hay vào nhà tập thể thì đều tiếp xúc với người khác, nếu trẻ có hành vi làm việc tiếp xúc này hóa khó khăn thì nó ảnh hưởng bất lợi cho cuộc sống của họ. Vì vậy điều rất hệ trọng là gia đình cần giúp trẻ và thiếu niên tự kỷ học có những hành vi chấp nhận được, và tránh những hành vi có hại cho tương lai

của họ.

Nay ta hãy nhìn ngược trở lại những điểm nói trên:

a - Ngay cả khi trẻ nhỏ không hiểu tại sao một số hành vi không thể chấp nhận được, em vẫn có thể học cách xử sự thích hợp. Nếu trẻ tiếp tục trét phân, chơi với phân ta cần dạy em đừng làm vậy vì lý do vệ sinh và an toàn cho dù em có thể không hiểu tại sao. Ở đây ta đặt một mốc nhắm tới tuy có thể cha mẹ không đạt kết quả hoàn toàn, đạt được một phần cũng khơi dậy cho trẻ ý niệm là có những việc không được phép làm.

b - Có một số cách đối phó cho ra kết quả, thường là mất nhiều thời gian và cha mẹ mệt nhọc, nhưng về lâu về dài tỏ ra đáng công.

c - Khi lúc nào trẻ đòi hỏi cũng được nhượng bộ, chuyện sẽ dẫn tới việc có đòi hỏi phi lý. Ở nhà muốn cái gì được cái đó thì khi vào trường trẻ sẽ bị kinh ngạc lớn lao, và gặp rất nhiều khó khăn trong việc hòa nhập với bạn cùng lớp. Càng lớn em sẽ càng thấy khó mà chơi chung và chia sẻ.

d - Cái quan trọng là bạn ý thức và nhìn nhận là mình kiệt sức hay rầu rĩ, khi đó nên sử dụng dịch vụ Respite Care (chăm sóc thay) hay tìm sự hỗ trợ để bạn lại sức, phục hồi thân xác lẫn tâm thần.

e - Cho phép trẻ đặt đế, kiểm soát (màn phòng khách phải là màu này mà không được là màu kia) là điều không hay. Thế giới bên ngoài sẽ không để cho chúng áp đặt ý và trẻ sẽ thấy rất khó sống trừ phi được giúp để hiểu cách xã hội hoạt động. Chuyện không tới nỗi quá khó nếu làm từ từ có hệ thống.

f - Nếu lòng sợ hãi khiến không làm được chuyện bạn cho là đúng thì hãy nhờ người khác giúp như thân hữu hay chuyên viên, làm chuyện bạn biết là cần cho con.

## Cách ngăn ngừa.

Đôi khi trẻ tự kỷ có hành vi bất lợi hoặc vì thói quen hoặc vì bực tức không học được cách làm công chuyện (như mặc y phục, trẻ tự kỷ và AS rất vụng về trong việc cài khuy), hoặc giận dỗi chỉ vì em không biết mình có bốn phạm làm gì. Khuyến khích con học kỹ năng mới và giúp chúng học về luật, giới hạn, có thể giúp ngừa được hành vi không muốn có.

### • Nhắc và Lơi dần (Prompting and Fading)

Đa số trẻ cần được giúp khi học kỹ năng mới, nhắc và lơi là một cách khác giúp em học làm hành động mới. Bạn có thể nhắc bằng lời hay bằng cử chỉ, thí dụ nếu dạy con đánh răng bạn có thể cầm tay con nắm lấy bàn chải đánh răng, chỉ cho thấy phải có cử động gì. Mà bạn cũng có thể dùng lời nói, chỉ dẫn ngắn gọn nếu làm vậy hợp với mức phát triển của con hơn. Sang giai đoạn lơi bạn giúp bớt đi, và tiếp tục giảm cho tới khi trẻ làm được một mình. Điều rất quan trọng là khen con vào mỗi giai đoạn, cho dù trẻ tự kỷ

không hiểu lời khen và tỏ ra thản nhiên hay làm ngơ bạn vẫn cứ nói. Khi lớn dần trẻ hiểu nhiều hơn, lời khen giúp cho việc hiểu biết này.

### • Có thông lệ và thứ tự sinh hoạt rõ ràng trong ngày.

Trẻ tự kỷ nói chung thích một ngày có xếp đặt và có giải thích cho chuyện gì xảy ra chung quanh, có luật rõ ràng cho mọi chuyện ở trường cũng như ở nhà. Cha mẹ hiểu con hơn ai hết, thường khi cha mẹ biết khung cảnh nào hay cái gì châm ngòi cho việc có hành vi bất hảo. Hãy thấy trước dấu hiệu sắp có trục trặc mà con lộ ra qua hành vi, và tránh khung cảnh gợi nên hành vi bất lợi. Bạn hãy nhớ điều này khi soạn hoạt động trong ngày, nếu thấy trước là có thay đổi thì cho con hay sớm.

### • Đặt giới hạn khi con còn nhỏ.

Ăn vạ là chuyện rất khó đối phó ở bất cứ tuổi nào, tật ăn vạ của trẻ tự kỷ thường ồn hơn và kéo dài hơn so với trẻ bình thường khiến cha mẹ rất muốn làm ngơ như là cách giảm bớt tình trạng khó xử, nhưng cách này về lâu về dài không có lợi. Nếu không được giải quyết lúc nhỏ, hành vi tiếp tục còn khi trẻ thành thiếu niên và càng khó kiểm soát hơn. Nó cũng không có nghĩa là bạn luôn luôn la mắng con. Hãy cẩn thận chọn hành vi nào bạn muốn con thay đổi:

- Đừng ráng sửa nhiều hành vi một lúc, mỗi lần chỉ nhắm vào một hay nhiều nhất là hai tật.

- Tự hỏi sửa đổi hành vi có lợi cho con hay không. Một số tật vô hại, trẻ làm chỉ để giảm bớt lo âu, căng thẳng thí dụ như phẩy tay. Nếu bạn chịu đựng được cái nhìn thắc mắc của người ngoài phố thì nên để con làm.

- Trước tiên chú tâm vào tật nào gây nguy hiểm thí dụ như chạy ra đường, hay không thích hợp khi trẻ lớn lên thí dụ tật hay xoa ống chân người khác. Khi đặt ra giới hạn rõ rệt (chỉ được vuốt tóc người trong nhà, không được sờ tóc bạn ở lớp hay ai khác), có luật và nói rõ ý bạn thì cái trục trặc sẽ ngưng không phát triển.

### • Thời khóa biểu bằng hình.

Nên cho trẻ thời khóa biểu bằng hình, cho thấy thứ tự chuyện phải làm hay sẽ xảy ra mỗi ngày, và treo trên tường vào buổi sáng. Nó gồm hình những sinh hoạt theo thứ tự sẽ có, thí dụ có hình ăn trưa rồi tiếp theo là hình đi toilet, rửa tay, ra sân chơi v.v. Thay đổi mỗi ngày hình người lớn đi kèm với em để có sự uyển chuyển về việc ai sẽ lo cho em, thứ tự và loại hoạt động cũng có thể thay đổi cho thích hợp. Bạn hãy có băng như vậy cho từng ngày và giải thích cho con rõ vào sáng sớm, nó tạo nên thông lệ an tâm cho con mà đồng thời cũng cho sự uyển chuyển để thay đổi việc, báo trước cho trẻ rộng rãi thì giờ làm quen với việc là có thay đổi trong ngày. Hình nên bọc plastic và dán bằng miếng có từ tính hay móc Velcro, giúp

tháo ra gắn vào dễ dàng.

Trẻ ở trung học thích ứng được với thay đổi hằng ngày trong thời khóa biểu nhưng với trẻ tự kỷ thì đó là chuyện hết sức khó khăn. Để giúp con thì cha mẹ có thể soạn thời khóa biểu cho con luôn mang trong tập, ghi rõ giờ nào có môn gì ở phòng học nào, cần sách và dụng cụ chi. Ở nhà cũng nên có thời khóa biểu như vậy, và tốt hơn nữa là danh sách những món phải mang theo cho ngày hôm ấy, nhờ đó kỹ năng xếp đặt của trẻ được gia tăng rất đáng kể. Cách này hiệu quả cho một trẻ nhưng lại không giúp ích mấy cho em khác hay làm mất giấy tờ. Cha mẹ mới kẹp chặt tờ giấy này mỗi ngày vào túi đeo lưng và tình trạng cải thiện được một chút, vì thỉnh thoảng em lại mất túi đeo lưng.

Hình có thể tháo ra hay gắn vào cũng giúp em chuẩn bị với thay đổi, thí dụ đi bơi hay đi du khảo lâu lâu mới có thì hình những sinh hoạt này có thể dùng để thay thế môn học thường ngày. Lịch bằng hình rất hữu ích trong việc cho em thấy trước những thay đổi lớn của lệ quen thuộc tại trường như nghỉ giữa hai học kỳ, trại hè.

Hình còn có giá trị lớn lao trong việc dạy trình tự cho trẻ tự kỷ. Thứ tự của một diễn biến là cái đặc biệt khó khăn cho chúng, và ta cần giúp chúng tượng hình những bước của việc hoặc bằng chữ hoặc bằng hình, hoặc cả hai. Ngay cả trẻ tự kỷ giỏi dang cũng bị trục trặc đối với chuyện phức tạp hay trừu tượng, em sẽ khá hơn rất nhiều nếu có hình ảnh nhắc nhở chúng. Trẻ có thể thấy những động tác riêng rẽ của một chuyện nhưng khó mà nhớ hết tất cả thứ tự những bước cần có. Việc như pha trà, nấu ăn có thể chia ra từng phần nhỏ bằng hình cho em thấy cần phải làm theo thứ tự nào.

Khi được nhắc nhở đa số trẻ có thể làm được việc theo cách đó, ngay cả khi chúng gặp khó khăn nếu được chỉ dẫn bằng lời. Trẻ nào bị khiếm khuyết nặng thì có thể cần hình chụp của đúng vật liệu hay người, nhưng với trẻ khác thì hình phác họa, biểu tượng hay chữ viết thì cũng đủ. Nhiều chuyện khác có thể hóa ra dễ làm hơn khi được chỉ dẫn bằng hình. Với chuyện giản dị hơn thì nhắc nhở bằng mắt cũng giúp ích, thí dụ vật dụng của em như túi đeo lưng, đồng phục có dán nhãn để thấy làm giảm bớt việc mất đồ. Nó giúp em lấy đủ các món trước khi rời nhà, hay rời lớp. Thí dụ trong lớp khi làm xong việc em sẽ biết là cái hộp đồ nằm ở kệ đồ (hay kệ có dán nhãn đồ), hộp xanh đặt ở kệ xanh, và hộp vàng thuộc về kệ vàng, mỗi cái dùng cho một chuyện. Theo cách đó nhìn số hộp cạnh bàn em sẽ biết còn bao nhiêu chuyện phải làm cho xong, và khi xong mỗi chuyện thì phải làm gì với hộp. Cách thức cũng giúp thầy cô, nó là dấu hiệu để thấy và rõ ràng cho thấy công chuyện diễn tiến ra sao.

Loại hình hay thấy trong kỹ nghệ cho biết vị trí đúng của các vật cũng có thể dùng cho trẻ học kỹ năng mới. Đặt con dao, nĩa và đĩa trên miếng lót đĩa (mat) có hình vẽ sẵn của những vật này khiến việc dễ làm hơn, và nếu chỗ của mỗi

người đều có đặt những miếng lót đĩa ấy thì việc đặt bàn ăn cho trọn bàn được thực hiện mà chỉ cần bạn nhắc nhở con rất ít. Những hình chỉ dẫn này cũng hữu dụng để khiến trẻ cất đồ đúng chỗ hay cả việc mặc quần áo, mang giày. Rob bị tự kỷ và những khuyết tật khác về mặt thể chất, em phải mang giày đặc biệt ở trường. Tuy giày có dán nhãn màu để phân biệt nhưng Rob cũng khó mang giày đúng chân, thầy mới vẽ hình mỗi chiếc giày trên thảm chùi chân để cạnh bàn. Mỗi buổi sáng Rob chỉ cần so giày với hình vẽ và mang vào là xong, cha mẹ cũng có thể áp dụng cách này ở nhà cho con. Em nào khó cột giày thì cho mang giày có móc Velcro khiến việc dễ hơn bội phần.

### • Tính chuyên nhất (consistency).

Một khi có quyết định làm theo lối nào hãy theo sát lối ấy, bạn nhượng bộ một lần là đủ làm cho chuyện tệ hơn.

Trẻ tự kỷ thích có thông lệ, luật, muốn biết mình ở mức độ nào và chuyện gì sẽ xảy ra. Thứ tự rõ ràng cùng thói quen tỏ ra hữu ích cho trẻ, chúng thích có mẫu mực rõ ràng và dễ hiểu trong đời.

### • Thưởng cho hành động muốn có.

Vì lời khen không có tác động mạnh đối với trẻ tự kỷ, tốt hơn bạn nên có thưởng khi muốn con làm việc chi, cách này tốt hơn là khen. Trẻ có thể không hiểu mình được thưởng nhưng chúng chỉ cần biết là có kinh nghiệm để chịu.

Thí dụ Nick có tật gờ tay đánh em mỗi lần đi ngang; không ai biết tại sao. Có vẻ như em thích làm vậy và thần nhiên không để ý tới phản ứng của em gái. Ba má mới nghĩ ra một kế, mỗi lần Nick sắp bước đến em thì cha mẹ đứng sẵn và đón lấy tay lúc em gờ ra muốn đánh, biến nó thành hành động vượt tóc rồi bế Nick đi chỗ khác, đọc 3 trang cuốn sách mà em thích. Cái khó nhất là làm sao ở đúng chỗ đúng lúc, cha mẹ ráng làm và sau hai tuần Nick tự động vượt tóc em mà không đánh nữa.

Cách này đòi hỏi kiên nhẫn mà cũng có cách sau đã nói trong những sách trước. Em có tật kéo tóc làm chị đau, chị than phiền thì cha mẹ dỗ dành khuyên con nhường nhịn em; nhưng khi tật hóa nặng thì cha mẹ cho phép con gái kéo tóc em trả đũa, một vài lần như thế và tật ngưng ngay tức khắc. Nó cho thấy cha mẹ cần để ý tới ảnh hưởng của tật đối với những con khác trong nhà và xử sự ra sao cho anh chị em không cảm thấy bị đối xử bất công, hay nghĩ rằng không được cha mẹ thương đồng đều.

Thưởng được xem là cách tăng cường hành vi muốn có, nhiều cách để thưởng là:

- thực phẩm, thích hợp hơn cho trẻ tự kỷ.
- đồ chơi
- sticker, cho điểm,
- hoạt động mà trẻ thích như chơi máy điện toán,
- chơi với người lớn (cho trẻ AS hơn là tự kỷ)

- khen.

Tom 12 tuổi có chứng AS không thích làm bài cho về nhà, nhiều lần không chịu làm. Ba mẹ mới soạn ra những bước dẫn tới phần thưởng như chia bài tập làm vài phần, xong mỗi phần thì Tom được một sticker dán lên bảng và được chơi máy điện toán một thời gian. Khi có được một số sticker định trước thì dù 20 cái thì được cho mua một trò chơi mà em thích. Em chịu theo cách này và từ từ cha mẹ bớt thưởng rồi không cần phải thưởng, Tom học được thói quen làm bài tập.

Trẻ bình thường thích có ngạc nhiên và chuyện mới mẻ nhưng với trẻ tự kỷ không cần phải vậy, em thích cái đã biết trước, theo thông lệ. Điều quan trọng là khiến trẻ hiểu rõ việc gì xảy ra (nếu con làm A thì con có thể có B), và khi khen thì cần nói rõ khen điều gì: 'Mặc áo rồi thì con được ra sân chơi'. Thưởng có thể có khi làm việc gì (làm bài tập) hay không làm việc gì (không la hét trong nửa tiếng).

### • Giải thích cho thắm.

Bạn cũng nên nói hoài cho con nhớ. Khi trẻ bước tới lề đường có xe cộ rộn rịp, cha mẹ la to 'Không'. Trẻ đứng lại, cha mẹ tới và nói:

- Nguy hiểm, nhìn xe chạy kia.

Khi nhớ thì trẻ nghe khuyến cáo này, nếu được nghe hoài lớn lên nó sẽ tự động nhắc lại trong đầu khi đi tới lề đường, lời cần dặn khi ấy đã thắm. Cùng ý này mà thay đổi một chút là thí dụ sau:

Mary 15 tuổi đi ngơ ngơ giữa đường không biết đến hậu quả. Cha mẹ mới đặt ra kế hoạch gồm ba chặng.

\* Chặng đầu: Cha mẹ cùng đi với Mary và khi sắp tới con đường, ngừng lại cùng với con nhìn vào mắt và nói rõ ràng: Ngưng lại, đừng ra đường. Nguy hiểm.

Cha mẹ lặp đi lặp lại, luôn luôn nói y một câu.

\* Chặng hai: Sau một thời gian, cha mẹ nói 'Ngưng lại', rồi tới cạnh con và hỏi, 'Ba sắp nói gì đây ?. Mary sẽ đáp 'Con không biết'. Khi ấy cha mẹ trở ngược lại giai đoạn 1 và bảo 'Ba sắp nói — Đừng ra đường. Nguy hiểm'. Sau vài tuần cha mẹ ngạc nhiên nghe con bắt đầu nói 'Đừng ra đường. Nguy hiểm'. Khi đó Mary được khen.

\* Chặng ba: Tới giai đoạn này thay vì nói 'Ngưng lại' cha mẹ đi tới cạnh con như thường lệ và nhìn vào mắt con. Mấy lần đầu Mary hỏi 'Cái gì ?', cha mẹ sẽ trở ngược lại giai đoạn 2 bằng cách hỏi 'Mẹ sắp nói gì đây ?' Mary sẽ lặp lại và cha mẹ khen con.

Hai điểm chú ý trong thí dụ này là hành vi học được ngay trong khung cảnh thật, và tái đi tái lại hoài cho đến khi con thuộc. Điều quan trọng là phương pháp không có tính trừng phạt mà luôn luôn có ý khuyến khích. Bạn không cần theo sát cách thức trên mà xem nó như là gợi ý, và làm theo cách thích hợp cho trường hợp riêng của con bạn. Xin đưa thêm một thí dụ khác áp dụng cùng phương pháp trên.

Jess có AS hay ngắt lời người trong nhà khi nói chuyện.

Gia đình đặt ra luật sau.

\* Chặng một: khi Jess ngắt lời thì cha mẹ nói 'Đừng ngắt lời, Jess, anh X đang nói'.

Cha mẹ được khuyên là nhìn thẳng vào mắt con và đưa tay ra dấu ngưng.

\* Chặng hai: cha mẹ hỏi con 'Ba sẽ nói gì, Jess ?' Nếu Jess không nhớ thì họ quay lại chặng trước.

\* Chặng ba: cha mẹ gọi tên con 'Jess ?' khi em ngắt lời, ngó thẳng con và đưa tay ra dấu theo cùng cách thức. Điều quan trọng là mỗi lần như vậy thì lời nói và cách đưa tay giữ y hệt cho trẻ quen. Nếu Jess hỏi 'Cái gì ?' thì cha mẹ quay về chặng hai. Chủ ý của phương pháp là giúp em thuộc lời của cha mẹ, biến nó thành lời nói trong đầu mỗi khi gặp cùng trường hợp.

\* Chặng bốn: nay cha mẹ chỉ đưa mắt nhìn và đưa tay, nếu Jess tiếp tục ngắt lời thì quay về chặng ba.

Gia đình cho hay là cách này rất có hiệu quả.

### • Làm ngơ.

Cha mẹ có nhận xét rằng với một số hành động, chuyện có thể hóa tệ hơn trước khi hóa tốt hơn. Thí dụ nếu mỗi lần trẻ la hét trong siêu thị và được mẹ cho bánh, nay mẹ không cho nữa thì những chuyện sau sẽ xảy ra:

\* Em đã quen nối kết việc la hét với có bánh, nay la mà không có bánh em sẽ la nhiều hơn.

\* Khi vẫn không có bánh, và do kinh nghiệm trước đây biết rằng la sẽ có bánh, em sẽ tiếp tục la và không chừng la to hơn !

Nói khác đi hành vi hóa tệ hơn, làm cha mẹ mau kiệt sức hơn. Điều quan trọng là nếu dùng phương pháp này bạn cần theo sát, đây là việc đọ ý chí mà bạn cần lí hơn con. Thí dụ khác là Mark 7 tuổi không nói được nhiều, mỗi lần đói em sẽ đóng sầm cửa nhà bếp nhiều lần không phải có tính chọc giận ba mẹ, nhưng vì biết là hễ sập cửa hoài thì sẽ có ly sữa và đĩa bánh hiện ra trên bàn. Tật trở thành trực giác lớn khi Mark sập cửa nửa đêm và cũng làm vậy ở trường. Cha mẹ bàn tính và tập cho con sử dụng hình theo PECS (Picture Exchange Communication System), cùng lúc ấy họ làm ngơ chuyện sập cửa. Ban đầu rất khó vì Mark làm ầm ĩ cả hai tuần nhưng cũng may là hàng xóm được báo trước, và cách đối phó này được áp dụng lúc họ đi nghỉ hè. Hai phương pháp làm ngơ và PECS hỗ trợ cho nhau mang lại kết quả hữu hiệu.

### • Chia trí.

Đây là kỹ thật hữu dụng làm trẻ chú tâm đến chuyện khác và quên đi hành vi ta không muốn. Phần lớn sự thành công nằm ở điểm biết điều nào chia trí em. Cate thích vọc nước nên mẹ mở loại nhạc mà em thường đòi nghe làm em quên đi.

### • Ngồi một chỗ (Time out).

Có nghĩa mang trẻ ra khỏi có hành vi không thích hợp, thí dụ em hay cắn thì cha mẹ lập tức nói 'Không' và đặt em ngồi riêng một chỗ không ai tới gần. Sau vài phút cha mẹ cho phép thì em mới được rời chỗ ấy. Trẻ bị cô lập nhưng mục đích của việc ngồi một chỗ không phải là trừng phạt mà là không cho em cơ hội để có hành vi ta muốn tránh. Bị ngưng cuộc chơi là cách cho em hiểu ý của cha mẹ là không được cắn.

## 2. **Cử Chỉ Lạ Lùng, Lập Đi Lập Lại**

Trẻ tự kỷ thường lộ ra cử chỉ lạ lùng và hành động lập đi lập lại như xoay vòng vòng, phẩy tay trước mặt hay bên hông, chạy tới lui theo một đường thẳng, ngúc ngoắc ngón tay trước mắt, vỗ tay v.v. Làm giảm những hành vi này có nên không? Trẻ có cử chỉ như búng đồng xu, lắc lư thân hình vì nhờ vậy em làm ngơ được với âm thanh và cảnh tượng hoặc khiến em rối trí hoặc gây đau đớn khó chịu cho em. Trong đa số trường hợp trẻ làm vậy vì thấy an tâm, cũng như hành vi bứt lần khi trẻ lớn. Vấn đề là nếu để cho em làm ngơ với thế giới bên ngoài thì trí não không phát triển vì không có kích thích. Người ta thấy khi giúp trẻ cải thiện việc liên lạc, giao tiếp và hành vi bằng chương trình can thiệp hay trị liệu thì cử động lập đi lập lại thường bớt đi, thí dụ như khuyến khích em tương tác nhiều hơn với cha mẹ làm giảm bớt hành vi lập đi lập lại. Có đề nghị là ta chỉ nên bỏ công sửa đổi các hành vi này khi chúng:

- quá độ và can thiệp vào những việc khác trong cuộc sống.
- làm trẻ khác bất nạt em vì em lộ ra tật khác người.
- gây tổn thương cho trẻ hay người khác.
- can thiệp quá đáng vào đời sống gia đình.

Bà mẹ kể rằng con trai sáu tuổi có tật hét lớn từ năm hai tuổi. Mới đầu bà làm ngơ theo ý hành vi nào bị làm ngơ tức không được thưởng (bằng sự chú ý) thì sẽ mất dần, sau đó bà nói 'No screaming' mỗi lần chú nhỏ hét. Cách ấy không ảnh hưởng gì và sự la hét càng lúc càng tẻ tới mức em có thể hét 80 lần trong ngày. Có hôm ở trường em hét 60 lần trong vòng hai tiếng. Thấy rõ là em hét mỗi khi ai xen vào chuyện của em, muốn em làm cái gì hay đòi hỏi phải có việc chi. Hỏi thầy cô, chuyên viên tâm lý, bác sĩ, không ai biết làm sao, cũng như bà đã thử nói lời dịu ngọt, âu yếm, tỏ ra thông cảm với con như phương pháp tâm lý đề nghị. Hết cách, bà mẹ quay sang phương pháp mạnh, mỗi lần con hét thì bà vỗ tay thật to trước mặt chú nhỏ và la át giọng em 'NO SCREAMING!' Bà sợ con sẽ không học được chuyện gì trừ phi ngưng hét, không trẻ nào hay ai chịu chơi với em bao lâu còn tật này.

Khi bà làm mạnh lần đầu tiên, chú bé kinh ngạc, yên lặng một lúc rồi hét trở lại, mẹ vỗ tay la to át giọng và cứ như thế, lần này rồi lần sau, sau nữa. Đến cuối tuần cậu nhỏ chỉ còn hét hai hay ba lần một ngày, dịu hơn, hóa ra thân

thiện hơn và chịu học hơn, mà cũng cười nhiều hơn. Trẻ con trong công viên không bỏ chạy xa mỗi khi gặp em vì em không còn chốc chốc la hét inh tai. Bà mẹ tin chắc là mình đã làm đúng chuyện.

Cha mẹ nói rằng một khi họ can đảm phá bỏ được thể thức mà con si mê và muốn bám chặt, thì dường như trẻ ý thức tốt đẹp hơn về cha mẹ, thấy không theo một thông lệ thì không chết, trời không sập. Chuyện chưa phải hết, kinh nghiệm cho thấy một tật cứng ngắc mất đi thì có tật khác sinh ra trám chỗ, nhưng nếu cha mẹ thành công một chuyện thì chuyện sau cho ra ít trục trặc hơn.

### • Tật phẩy tay và nhảy lên xuống.

Nhiều trẻ có tật này và quan sát thấy em làm khi có kích thích, hứng chí, vui vẻ. Thí dụ nhìn máy giặt quay em tỏ ra thích thú và phẩy tay, nhảy lên xuống, vì sự rung động, tiếng ồn làm em vui, nó có nghĩa cảm quan ảnh hưởng mạnh đối với em. Em không biết người khác nghĩ gì khi thấy em làm vậy, cũng như không biết là nên tỏ cho người khác biết về nỗi hào hứng trong lòng, chót hết em không có khả năng làm vậy vì không biết nói. Mặt khác trẻ cũng lộ hành động này khi em chán, bị lo lắng, em không có khả năng tưởng tượng tìm trò chơi giải trí như trẻ bình thường. Như vậy khi sinh tật là trẻ diễn tả tình cảm bằng hành vi. Với trẻ khác hành động lập đi lập lại cho em sự an tâm khi cảm thấy thế giới có nhiều rối loạn em không hiểu.

Dựa vào hiểu biết trên, cha mẹ có thể dạy con dùng những cách khác để biểu lộ tình cảm của mình, thí dụ như cho em hiểu ý nghĩa của các nét mặt khác nhau khi vui, buồn, giận. Bằng cách đó khi lớn dần và biểu lộ cảm xúc theo cách này thì em bớt làm cử chỉ lập đi lập lại. Bạn cũng có thể cho con có thích thú về cảm quan bằng một cách khác, như cho em nhảy trên bàn nhún (trampoline), anh chị em hay ba chơi vật lộn (trò cho cảm giác mạnh) hay thấy banh (trò tập cho em giao tiếp) với em. Nhờ đó sở thích của em được uốn nắn, hướng tới hành vi có tương tác nhiều hơn và khi em làm vậy thì cử chỉ lạ lùng giảm bớt.

Để làm cho em bớt chán vì không biết tìm cách tự giải trí, bạn có thể cho con coi truyền hình và chơi máy điện toán trong khoảng thời gian giới hạn. Ở lớp thầy cô cho em dùng máy điện toán 10' khi làm xong bài, họ thấy nó trở thành động cơ thúc giục em hoàn tất bài làm mà đồng thời cũng khiến em không thấy chán phải phẩy tay lia lịa. Ở nhà thì cha mẹ ngồi với con để chỉ cách em chơi trò trên máy điện toán, thời gian ấy trở thành giờ phút thân cận giữa cha mẹ với con mà em cũng học thêm được cách giao tiếp. Cha mẹ cũng cẩn thận không để em chơi máy điện toán lâu vì biết là em cần có nhiều sinh hoạt khác nhau một phần để thay đổi, phần khác để em không trở thành si mê một việc đặc biệt nào.

## • Tật đập đầu.

Trẻ làm vậy có thể vì:

- em muốn biểu lộ sự bức bối, tức giận, sợ hãi, đau đớn hay chán, tức biểu lộ tình cảm.
- muốn có cảm giác mà em ưa thích.
- muốn có đáp ứng nào đó.

Khi trẻ còn nhỏ hay với trẻ không biết nói, ta khó biết tại sao em có hành động ấy, nhưng cha mẹ nên tìm hiểu nguyên do của việc trước khi có can thiệp. Như đã nói, có ý kiến cho rằng trẻ tự kỷ có mức chịu đau cao, ta không biết điều ấy đúng sai nhưng lắm trẻ đập đầu vào tường, xuống sàn gỗ tỏ ra không đau đớn, ngay cả khi đập đầu quá mức tới nỗi có vết bầm em cũng không tỏ ra khó chịu nên có quan niệm nói là thay vì cảm thấy đau, trẻ lại thấy hứng chí. Trong trường hợp khác, phản ứng với việc này vô tình củng cố cho hành vi của em, như có trẻ thích chơi hoài một trò nào đó mà khi bị cấm thì đập đầu. Cha mẹ sợ con đau nên ngần ngại không muốn cấm, còn trẻ học là hễ đập đầu thì được tiếp tục làm điều em thích làm.

Lâu dần, em đập đầu khi bị cấm làm điều em ưa thích và cũng đập đầu khi không muốn làm điều gì, kinh nghiệm cho em biết rằng đập đầu mang lại kết quả. Nhưng nhìn theo quan điểm của cha mẹ thì khi nhượng bộ muốn bảo vệ con là cho trẻ quyền kiểm soát tình hình, còn ở trường thì em cô lập càng ngày càng không muốn chơi với ai mà chỉ chơi điều em thích. Ở cả hai nơi, từ việc đập đầu để có cảm giác ưa thích nó biến sang dùng đó làm phương tiện để được làm điều em muốn làm, cũng như khi chơi một mình không giao tiếp với ai thì em không học được cách liên lạc hay kỹ năng giao tiếp, hay làm bài trường. Mặt khác khi đập đầu thì em được như ý nên không thấy có nhu cầu liên lạc tức tỏ ý.

Để đối phó việc đầu tiên là giữ cho em được an toàn, cha mẹ thực hiện bằng cách cho con đội mũ an toàn ở nhà và ở nhà, giải thích bằng hình cho con rõ là muốn con học trước và chơi sau, dạy PECS để cho em phương tiện liên lạc. Trẻ vẫn tìm cách đập đầu nhưng sau đó em ngưng, chịu làm cái ba mẹ hay thầy cô muốn em làm và sau đó được chơi. Từ thành công này họ tập cho em những sinh hoạt khác theo cùng cách thức, em phản đối nhưng thấy là gia đình và trường theo sát luật mới cho dù có đập đầu nên sau vài tuần, tật này chấm dứt mau lẹ và trẻ không còn phải đội mũ an toàn.

Cha mẹ ghi nhận là thời gian mới có luật là lúc khó nhất, vì bản năng của cha mẹ là không muốn thấy con khó chịu la khóc. Để duy trì sự quyết tâm của mình, cha mẹ tự viết một bảng và để nó ở chỗ dễ thấy, bảng nhắc nhở họ rằng dạy trẻ dùng PECS là điều quan trọng cho sự phát triển của em, cũng như cách đó không hại gì so với việc đập đầu. Khi quá nản thì họ nhờ thân nhân và bạn bè hỗ trợ để lên tinh thần. Ta cũng nói thêm là mũ an toàn không phải là giải pháp chung cho mọi trường hợp mà kết quả tùy theo vấn đề và trẻ can dự. Có em đập đầu thêm khi đội mũ, lúc

bỏ mũ thì tật giảm đi lạ lùng; so với ở trên thì mũ tạm thời giảm việc đập đầu vì nó không còn mang lại kết quả hay sự kích thích. Nó muốn nói trước khi áp dụng phương cách nào thì cần xem xét vấn đề và trẻ, mà không phải cách nào cũng có thể ứng dụng ngay được. Mỗi hành vi trẻ làm thường là có lý do hay ý nghĩa, nếu quan sát kỹ cha mẹ có thể thấy mình làm được gì về hành vi đó, nhận xét này đặc biệt quan trọng với những tật tự hại thân như chọc vào mắt, gãi quá độ, cắn, hay tật gây hại cho người khác. Khi thấy rõ là tật mang lại kết quả nào đó cho trẻ tức có công dụng thì cha mẹ và thầy cô có thể nghĩ ra cách khác giúp trẻ cũng đạt được ý mà không làm hại mình hay hại người. Thường thường đó là cách thưởng cho hành vi muốn có.

Quan sát còn giúp tìm ra nguyên nhân của hành vi, cử chỉ lặp đi lặp lại có khi là dấu hiệu của một điều gì khác. Như có cha mẹ thấy con sinh tật xoa tai, họ cho là trẻ không thích tiếng động nhưng sau đó thầy cô cho biết dường như em không nghe rõ trong lớp. Khi được mang đi khám thì thấy là cả hai tai của em bị nhiễm trùng, có thể là em bị đau đớn nhưng không khóc mà chỉ xoa tai luôn. Nói rộng ra thì trẻ sinh cử chỉ lạ vì bị đau đớn, đói, khát hay mệt, không vui.

Các phản ứng có thể có:

— Thay đổi phản ứng: ta có nói trẻ hay cắn và anh chị em nhường nhịn bỏ qua, tật này vì vậy còn hoài nhưng được cho phép cắn lại trẻ thì tật mất hẳn.

— Làm ngơ: áp dụng được khi hành vi là nhằm gọi nên phản ứng nào đó của người lớn. Ban đầu hành vi sẽ hóa tệ hơn khi bị làm ngơ rồi dần dần biến mất.

— Khuyến khích có hành vi khác, làm chuyện khác thay vào đó. Nó có nghĩa bạn không bảo em ngưng, đừng làm một chuyện gì mà thúc đẩy em làm điều khác. Thí dụ trẻ thích phẩy tay, bảo em ngưng lại không được thì thầy cô nói khuyến khích em:

- Đứng thẳng người như lính coi, hay
- Bỏ tay vào túi quần.

Thầy cô cũng cho em hình lính để bỏ vào túi quần và em chơi với chúng khi thấy chán. Nó cũng muốn nói làm giảm sự buồn chán thì cũng sửa được hành vi.

— Thay đổi khung cảnh có thể làm thay đổi hành vi. Cha mẹ thấy con ưa nhảy lên xuống trên sàn gỗ mà không nhảy ở phòng khác có lót thảm, hoặc kéo thảm ra để nhảy ngay trên sàn. Họ đoán là em thích tiếng động của sàn nên quyết định lót thảm và không cho em kéo ra. Trẻ phản đối dậm chân la hét khoảng một tuần nhưng sau đó thì bớt và tật nhảy lên xuống giảm rất nhiều. Trẻ khác gặm tay áo của mình, tới mùa hè được cho mặc áo tay ngắn tật biến mất.



### 3. Ăn Vạ, Hung Hăng, Bực Tức.

Cha mẹ nên để ý xem trẻ có ăn vạ theo cách thức nào không, hay có nguyên do nào sinh ra chuyện. Lúc trẻ sinh tật thì cha mẹ nên bình tĩnh, phản ứng nhẹ nhàng và hóa giải tình trạng càng sớm càng tốt. Chuyện hay thấy là trẻ ăn vạ khi muốn được cho một vật thí dụ bánh hay nước, cha mẹ thường theo ý con vì biết theo kinh nghiệm là nếu không làm thỏa mãn thì trẻ tự kỷ có thể khóc la cả giờ đồng hồ, nhưng làm như vậy là em được thưởng khi khóc la. Trẻ nhớ kinh nghiệm ấy và học được rằng hễ muốn gì thì cứ la, hét, đấm đá, dậm chân, gào khóc, cắn là được, nói vắn tắt là ăn vạ.

Có đề nghị cha mẹ làm một trong hai cách sau. Cách thứ nhất là không cho vật gì trong lúc trẻ ăn vạ, nó đòi hỏi cha mẹ phải cứng cỏi, nhất quyết đặc biệt khi trẻ ăn vạ ở chỗ đông người. Khi đó cha mẹ chỉ cần mang trẻ ra khỏi nơi ấy một cách gọn gàng bình tĩnh, không quát tháo làm lớn chuyện. Ta có thể mang con ra xe, chờ cho con dịu lại và cho con hay ý mình cùng cho con hiểu rằng trẻ phải theo ý cha mẹ. Nếu ở nhà thì mẹ có thể ôm con vào lòng cũng để trẻ dịu xuống, dỗ ngọt và đu đưa hát nhỏ, mà mẹ cũng có thể làm ngơ, tiếp tục làm việc nhà tĩnh như không.

Cách thứ hai cho trẻ đã hiểu biết một chút là dượt trước ở nhà, nhắc cho con biết rằng luật là con không được gào khóc khi muốn mua đồ ở tiệm, vì chắc chắn là cha mẹ sẽ không mua, hôm nay chỉ là ngày đi xem hàng mà không phải là sắm hàng. Cha mẹ cần theo sát luật này là không cho nếu ăn vạ, khi đi phố cũng như lúc ở nhà để trẻ thấy có thái độ đồng nhất trong mọi trường hợp.

Phản ứng khác là nói 'No' với trẻ, tuy nhiên một số trẻ và người lớn tự kỷ phản ứng mạnh với chữ 'No' khi nói cứng giọng, vậy cha mẹ nên theo kinh nghiệm mà dùng chữ 'No' hay không, cách khác là ta có thể nói bình thản, từ chối không chịu theo đòi hỏi của con. Nếu cái trẻ muốn là hợp lý thì bạn có thể chịu con, nhưng chỉ cho sau khi hết màn la hét mà không cho trước đó.

Với người tự kỷ không biết đọc thì ta có thể dùng hình để trưng ra thời biểu hay chỉ dẫn cách làm việc.

Trẻ tự kỷ còn tật ăn vạ ở tuổi lớn hơn trẻ bình thường và nổi cơn lâu hơn. Ta có nói một lý do khi trẻ làm nư là không thể làm người khác hiểu ý mình muốn gì, lý do khác là chúng không hiểu được cái nhủ mày chê trách của người chung quanh khi la hét, không cảm nhận được áp lực của xã hội để ngưng làm hành vi bị cấm. Sự bực bội còn có thể do:

— Muốn làm chuyện gì mà bị cấm.

— Không muốn làm chuyện gì.

— Chán, sợ. Đi phố mua giày là kinh nghiệm đáng sợ với khung cảnh xa lạ, mùi và tiếng động gây khó chịu; có em muốn cảnh vật luôn luôn giữ nguyên và chống lại khi có thay đổi.

— Muốn người chung quanh có đáp ứng.

Thí dụ mỗi lần ra công viên là Janet nổi chứng lẩn ra đất la hét, mãi mãi cha mẹ khám phá là em muốn đến vòi nước mà cha mẹ dẫn tới cách đây mấy tháng rồi. Bình thường khi trẻ ăn vạ trong nhà cha mẹ có thể nghĩ cách đổi phó và dạy con dễ dàng, nhưng khi em đẩy dứa la hét ngoài đường hay trong thương xá thì do áp lực của xã hội, nhiều phần là hoặc cha mẹ nhượng bộ chịu ý con hoặc mang con về bỏ dở việc mua sắm. Cả hai phản ứng đều không thể duy trì lâu dài vì nhượng bộ khiến trẻ ăn vạ thường hơn để được như ý, nếu trẻ không muốn vào tiệm mua giày và lẩn ra đất, bạn xấu hổ dẫn con ra khỏi tiệm thì ăn vạ dẫn tới việc được thưởng là tránh cửa tiệm. Trẻ học được điều ấy và lần sau ăn vạ trở lại. Mà không thể không đi mua giày mới cho con hay không thể không đi chợ. Bạn có thể cho con ở nhà và đi chợ một mình, nhưng tới lúc nào đó bạn cần tập cho con sống hòa đồng vào xã hội chung quanh, biết cách cư xử thích hợp, bạn không thể hoãn việc học kỹ năng này lại mãi mãi, và con càng lớn thì càng khó dạy vì tật ăn vạ đã thành nếp. Vì vậy cần dạy con cách cư xử phải phép càng sớm càng tốt.

Thí dụ trẻ muốn uống sữa, bạn dẫn con đến tủ lạnh mở ra và nói:

- Hết sữa, hai mẹ con mình phải đi mua sữa.

Bạn dẫn con ra tiệm chỉ mua sữa mà thôi. Làm đi làm lại như thế với những món mà trẻ ưa thích cho tới khi trẻ hiểu tại sao phải đi chợ mua hàng. Trẻ có thể cần hình lẫn lời nói để nắm được ý, nếu mẹ chuẩn bị hình của một số tiệm thường tới thì cho trẻ nhìn để biết sẽ đi tiệm nào và mua món gì, khi về nhà thì viết lại chuyện đi mua sữa cũng giúp ích cho trẻ. Nếu lúc trẻ ăn vạ là lúc đông người mua sắm thì có thể khung cảnh đông người chật chội và ồn ào gây khó khăn cho em, và có lẽ đi chợ lúc vắng người sẽ tốt hơn, như đi lúc sáng sớm. Bạn cũng nên hỏi thăm những cha mẹ khác, thí dụ nhiều cha mẹ nói rằng họ cũng bị trục trặc khi mua giày cho con, cuối cùng tìm ra chỗ hợp với trẻ hơn có nhân viên sẵn lòng bỏ qua tật của trẻ.

Nhiều cha mẹ dùng phương pháp sau, khi biết là tiệm giày (tiệm hót tóc, quần áo v.v.) chấp nhận tình trạng của trẻ hay có món hàng mà họ phải mua, cha mẹ có thể dàn xếp trước với nhân viên giờ sẽ đến sắm hàng, giải thích khó khăn của họ để nhân viên chọn sẵn một số giày có mẫu tương tự như đôi em đang mang. Mẹ chụp hình cửa tiệm, đem hình đó vào chuyện mà hai mẹ con viết trước khi đi mua giày, và đọc cho trẻ nghe nhiều lần. Được chuẩn bị như thế nên việc mua sắm diễn ra dễ dàng hơn dù rằng cũng có la hét. Khi về nhà trẻ không chịu mang giày mới, cha mẹ bèn đặt giày mới cạnh giày cũ để em nhìn vài ngày cho quen mắt, sau đó cất giày cũ đi và tuy phản đối cuối cùng em cũng chịu mang giày. Cha mẹ dùng cách này cho em quen với những lần đi chợ ngắn ngủi, chỉ mua một món và thường là món em ưa thích. Dần dần trẻ chấp nhận và thích đi mua hàng.



Nói thêm về hung hăng thì có một số lý do khiến trẻ có thái độ ấy:

\* việc không xảy ra như thường lệ hay như dự đoán.

\* bị đòi hỏi quá nhiều.

\* lệ thường bị thay đổi.

\* ồn ào.

\* có quá nhiều kích thích như đèn chói, chỗ đông người.

\* bị ngăn cản không được làm theo nghi thức đã quen.

\* hoang mang, việc diễn ra không theo thứ tự nào, không biết chuyện gì sẽ tới, phải chờ đợi.

Một chuyện rất khó mà cha mẹ và thầy cô cần làm là hiểu cách trẻ AS nhìn thế giới chung quanh, cũng như mức cảm nhận và suy nghĩ của em khác với bạn đồng tuổi. Khi bị hoang mang, căng thẳng không hiểu chuyện gì xảy ra thì dù như có thay đổi thời khóa biểu, trẻ đi lộn lớp và thầy cô lớn tiếng xua em ra thì em có thể nghĩ mình bị đe dọa và tỏ ra hung hăng. Hiểu ra được thì có những cách sau giữ cho tình hình dịu xuống:

\* bạn hãy tỏ ra bình tĩnh thân nhiên, không làm trẻ lo sợ thêm.

\* đừng chụp lấy em hay đụng vào người trừ phi thấy em có thể bị nguy hiểm, như đứng gần đường xe chạy.

\* làm trẻ chia trí, chú tâm đến chuyện khác

\* cho nghe nhạc êm dịu.

\* mang trẻ vào chỗ yên tĩnh.

\* đi cùng với em ra nơi khác và bình tĩnh lắng nghe.

\* cho em cách để giải tỏa sự giận dữ như xé giấy đã nói ở phần trước, hay đập dẹp lon nước ngọt bằng nhôm.

Mục đích ta nhắm đến là chỉ cho em những cách khác nhau để giải quyết cơn giận của mình, không đi tới chỗ mất kiểm soát và trở thành hung bạo. Khi thuận tiện hãy giúp em viết chuyện để hiểu và tìm cách đối phó với trường hợp mà em thấy khó chịu cho mình, cũng như xem lại sự hung hăng có liên quan gì với môi trường (ánh sáng mờ, tiếng ồn, đám đông) hay có gì khác lạ trong khung cảnh thường ngày. Trẻ AS không thích có thay đổi hay là thấy bối rối lúc chuyển tiếp từ việc này sang việc kia. Để giúp em, hãy báo trước vài lần lúc sắp hết giờ, thí dụ nói:

- Xong giờ điện toán là tới giờ ăn trưa.

### • Tật đập phá.

Trẻ có thể sinh tật xé giấy, đập phá đồ đạc trong nhà. Ngoài những cách thông thường ta có thể làm như khóa tủ, cất vật dễ vỡ, cất đồ đạc lên cao ngoài tầm với của trẻ, mỗi trường hợp sẽ đòi hỏi giải pháp riêng và sau đây là vài đề nghị.

— Nếu trẻ xé giấy dán tường trong phòng ngủ của em thì dán lại hay dán giấy khác có khi không hiệu quả, trẻ có thể tiếp tục xé giấy cho tới khi em qua giai đoạn này, tốt hơn là sơn tường phòng bằng loại sơn không độc, không tróc.

— Nếu trẻ hiểu biết một chút và nói được thì cha mẹ có thể dạy cho em hiểu rằng một số đồ vật là của em, số khác là của người khác và không được đụng tới. Để tăng cường

thêm ý này bạn dẫn em đi quanh nhà, chỉ vào từng vật và nói 'Cái này của...' rồi chờ cho em thêm vô 'con', chỉ cái khác mà em không biết thì bạn nhắc 'Cái này của ba'. Rồi cứ thế từng vật một. Thỉnh thoảng bạn nói sai một câu cho em sửa, trẻ rất thích nói trùng tên sở hữu chủ của vật. Làm vậy trẻ sẽ hiểu rõ hơn ý niệm sở hữu và biết tôn trọng vật của người khác.

Cha mẹ có kinh nghiệm về tật đập phá của trẻ tự kỷ nói rằng họ chọn mua bàn ghế rất nặng, vì có trẻ thích dờn chỗ bàn ghế, lật đổ nó khi giận dữ hay bực bội, hay kéo nó tới chỗ khác để leo. Nếu không có bàn ghế nặng thì có cha mẹ gắn cứng bàn ghế vào tường. Phòng khách có thể không đẹp mắt nhưng thà để trẻ làm trầy bàn ghế ít tiền hơn làm hư bàn ghế đắt tiền. Nó tránh cho bạn khỏi bực bội và đỡ tốn. Nếu có vật xinh đẹp muốn bày thì khóa lại trong tủ để trẻ không đụng tới được.

Kế đó là cẩn thận với đồ điện trong nhà, bao kín ổ cắm điện, không dùng dây nối. Thà bạn tốn thêm một chút thay vì tốn nhiều thêm trong trường hợp có tai nạn. Nếu nhà có chậu cây cao thì cũng nên coi chừng, vì trẻ tự kỷ hay leo trèo bị cây ngã đè thì thương tích có thể trầm trọng.

### • Tự hại thân.

Có một số lý do được đưa ra để giải thích cho việc trẻ và người lớn tự kỷ hay có hành động tự hại thân như đập đầu, gãi cho tới chảy máu, đánh vào mặt gây thương tích. Theo giả thuyết về hệ thần kinh bất toàn, trẻ không nhận được đủ kích thích nên tự kích thích mình để thỏa mãn nhu cầu, sinh tật đập đầu. Yếu tố sinh học cũng được đề cập, nó nói rằng trong cơ thể có một số hóa chất tự nhiên giống như morphine có tác dụng làm giảm đau và khiến ta thấy dễ chịu gọi là opiates. Vài loại như vậy được cơ thể tiết ra khi bị thương và có giả thuyết cho là người tự kỷ muốn có cảm giác dễ chịu nên tự gây thương tích (gãi đến chảy máu) để cơ thể tiết ra những chất opiates này, cảm giác dễ chịu có thể làm nhẹ bớt cảm giác đau đớn, biến chuyện tổn thương thành chuyện thích thú và họ muốn lặp lại để có kinh nghiệm này.

Khoa tâm lý đưa ra giả thuyết khác, cho là người tự kỷ làm vậy để được chú ý, gây sự chú ý của người chung quanh, hay đó là một cách để tránh đòi hỏi làm chuyện không muốn làm. Cái đáng chú ý là hành vi tự hại thân hay gặp nhất ở người tự kỷ bị chậm phát triển nặng, có mức tri thức kém và không biết nói hay nói được rất ít. Người tự kỷ có khả năng cao, tri thức trung bình hay trên trung bình và biết nói thường không có hành vi này.

Để đối phó thì cha mẹ nên phân tích xem trước đó có gì khiến trẻ làm vậy, hay em làm trong trường hợp nào. Việc này có thể khó làm nhưng nó cho ta dữ kiện cần thiết, khi có rồi thì bạn dựa theo mà xếp đặt lại cách sinh hoạt trong nhà để làm giảm hành vi. Bạn có thể dạy con hành vi thích hợp hơn để đạt chuyện em muốn. Với trẻ không biết nói hay nói rất ít, dạy em cách tỏ ý bằng hình (PECS) có thể

ngăn chặn việc tự hại thân trước nó xảy ra. Bảng về PECS và tài liệu có sẵn tại Nhóm Tương Trợ, nếu muốn bạn có thể hỏi mượn để biết thêm cách dạy con.

Có trẻ và người lớn khi nghe nói 'No' lớn tiếng thì ngưng, mà cũng có người phản ứng mạnh khi bị la. Trong trường hợp ấy, lời khuyên là bạn nói êm dịu và hướng tới chuyện khác, không nhắc đến hành vi muốn tránh. Thí dụ với người lớn mà lấy tay đánh mặt thì ta không nên nói 'Sam, đừng làm vậy', mà nói 'Sam, để hai tay cạnh sườn. Giỏi.' Với trẻ nhỏ chưa hiểu biết có thể bạn nên theo kinh nghiệm và chọn cách nào cho kết quả.

Thí dụ là mỗi khi em tự vả mặt thì người ta sẽ bình tĩnh nắm lấy tay em, hướng dẫn cho đặt vào lòng em và giữ chúng ở đó hai, ba giây, không nói gì hết. Sau đó khen em bằng chữ rõ ràng, gọn ghẽ dùng trong phép trị liệu:

- Bỏ tay xuống giỏi lắm.

Nếu việc sửa tay này không có hiệu quả thì phải nghĩ ra cách khác như mạnh mẽ nói:

- Không đánh.

và lập tức đặt tay áp xuống mặt bàn. Hoặc làm ngơ hoàn toàn: không thưởng, không nói không chú ý chút nào đối với hành vi không thích hợp. Nó dựa trên lý thuyết là trẻ có hành động để ta phản ứng, nay không có phản ứng tức em không được 'thưởng' thì hành vi sẽ tự chấm dứt.

Nếu áp dụng nhiều phương pháp mà không có kết quả thì nên đưa con tới chuyên gia để nhờ giúp đỡ càng sớm càng tốt.

#### 4. Thông Lệ, Nghi Thức

Trẻ tự kỷ hay đặt ra nghi thức, thứ tự phải theo cho mình hơn là trẻ bình thường, em thấy bị bắt buộc phải theo thứ tự đó mới yên lòng như:

- trước khi lên giường phải hôn mọi con thú nhồi bông trong phòng, phải đặt chúng theo một thứ tự nào đó.

- lúc nào cũng chỉ đi theo một cách nhất định quanh bàn ghế phòng khách,

- mặc quần áo theo một thứ tự như cài khuy từ dưới lên,

- muốn mọi người trong nhà ăn các món ăn sáng theo cùng thứ tự mỗi ngày.

- phải chạm vào tất cả nắp cống trên đường từ nhà đến trường.

- đi học chỉ theo một đường y hệt lúc đi cũng như lúc về.

Hễ làm sai hay quên một phần nào của thứ tự thì hết sức bực dọc, đau khổ hay bắt buộc phải làm lại từ đầu.

Ai cũng có thứ tự cho việc sửa soạn đi học, đi làm, đi ngủ, nhưng nghi thức của người tự kỷ rất lạ lùng về tính chất và mức độ (quá đáng và kéo dài một thời gian lâu). Vài nghi thức có tác dụng bất lợi trong đời sống hằng ngày cho cả người tự kỷ và gia đình của họ. Nhiều tật ban đầu chỉ là việc nhỏ sau đó trẻ dần dần thêm những phần mới vào thói quen khiến chúng hóa rườm rà. Phil 5 tuổi khi em đòi rằng cửa phòng khách phải luôn luôn đóng khi em ở

trong đó; tới 6 tuổi đi học về thì em lập tức đóng hết mọi cửa trong nhà. Khi 7 tuổi thì em la hét dấy dựa nếu ai muốn mở cửa hay cửa sổ mà có em ở nhà. Thường thì đa số thông lệ vô hại tỏ ra có ích, làm trẻ tự kỷ cảm thấy an toàn. Loại nghi thức không tốt có những tính chất sau:

- không thể nào làm xong, làm hết.

- khó mà giữ y

- rất mất thì giờ.

- có khuynh hướng hóa phức tạp theo với thời gian.

- làm mất vui hay can thiệp vào đời sống hàng ngày.

Nghi thức bất bình thường có thể nảy sinh từ bất cứ sinh hoạt nào, thí dụ trẻ không thể rời nhà cho tới khi làm xong một nghi thức rườm rà. Một em có nghi thức dài 2 tiếng đồng hồ phải làm trước khi ra xe đi học, em khác đỡ hơn chỉ có nửa tiếng như muốn rằng khi em thức dậy thì mọi người trong nhà phải xuống lầu hết trừ mẹ. Mọi vật phải ở trên sàn, em mặc quần áo theo thứ tự nào đó, đặt đồ chơi vào một chỗ riêng không cho ai đụng tới. Xong xuôi là hết nửa tiếng và chỉ khi ấy em mới ăn sáng. Nếu có ai nửa chừng không theo sát thứ tự trên thì Jim phải làm lại từ đầu.

Lý do của tật là em không nắm được ý chính, đa số trẻ làm chuyện gì là có mục đích và vượt lên trên chuyện đó, như hút bụi là để cho nhà sạch nhưng trẻ tự kỷ làm vì thích nghe tiếng máy kêu. Anh chị em trong nhà thay đổi hành vi cho hợp với khung cảnh, như biết cha mẹ bận rộn phải lo sửa soạn cho các con ăn sáng và kịp giờ đi học, nhưng trẻ tự kỷ không sửa đổi hành vi, không hiểu được nhu cầu và sự bực bội của cha mẹ. Có thể buổi sáng ai nấy bận rộn chuẩn bị đi làm đi học, có sự hấp tấp vội vã khiến Jim không hiểu, đâm lo lắng và cần có nghi thức để cảm thấy an toàn và để đối phó được với sự việc

Cách đối phó của gia đình là có thời khóa biểu bằng hình cho em hiểu những việc phải làm ban sáng là gì, mỗi người một việc, hình những nghi thức của em và rời hình em ngồi trong xe với mẹ và chị đi học. Khi Jim lớn hơn thì anh chị có thể giải thích thêm cho em hiểu, cha mẹ cũng có thể viết chuyện cùng với Jim để em rõ lý do của một số việc xảy ra buổi sáng mỗi ngày như tại sao anh chị chạy tới lui và mọi người lớn tiếng với nhau, và dùng đồng hồ tính giờ (timer) giúp em biết được còn bao lâu phải ra xe đi học. Thấy được thứ tự công việc làm Jim an tâm nhưng thứ tự này cần được giữ trong vòng giới hạn để không ảnh hưởng đến sinh hoạt của gia đình.

Ngoài ra, chuyện luôn luôn quan trọng là chặn lại không cho trẻ thêm từng chút từng chút một vào nghi thức. Để trẻ rên rĩ và cầu nhàu một chút khi bạn nhất định cấm có thêm nghi thức, thì tốt hơn là cho em tự do khiến vấn đề trở thành lớn hơn sau này. Nghi thức càng có nhiều chi tiết và hóa dài dòng thì càng khó chặn đứng lại, bạn hãy giúp con có thông lệ ngăn làm em hài lòng nhất là thông lệ lúc đi ngủ và sáng thức dậy. Một cách tránh bớt nghi thức là cất bớt các đồ vật trong phòng mà em sử dụng,

phòng trống bốt thì không có gì khiến em phải chú ý và đặt thêm chuyện phải làm. Từ từ cha mẹ giảm bớt các phần của nghi thức từng cái một, bắt đầu với cái nào mà em ít tha thiết nhất và bỏ hình đó ra khỏi thời khóa biểu bằng hình.

Bạn hãy đặt ra luật và theo sát nó. Thí dụ May sinh tật là đi ra ngoài thì phải mang theo đồ chơi của em, càng ngày số đồ chơi càng tăng dần lên và May đòi cha mẹ phải mang phụ em, mỗi người xách một túi đầy, hễ không làm theo thì em lăn ra đất ăn vạ. Cha mẹ bèn đặt giới hạn là chỉ được mang theo 5 món đồ chơi mà thôi và làm y theo cho dù em la hét, họ làm ngơ như thể một tuần nên dần dần trẻ chấp nhận luật. Sau sáu tháng cha mẹ đặt giới hạn mới là chỉ mang 2 món đồ chơi và em tuân theo luật trong vòng ba ngày.

Cha mẹ khác có cảnh ngộ khác nhưng áp dụng những biện pháp nói ở trên cho kết quả rất khả quan, ta có thể tóm tắt như sau:

- Tự hỏi: Tật có hại cho sự phát triển của con chăng? Nếu không thì đôi khi việc bắt buộc phải làm theo nghi thức có thể là nhằm giảm sự lo lắng hoặc gây thích thú cho em.
- Dùng thời khóa biểu bằng hình cho thấy em làm nghi thức gì, lúc nào, ở đâu trong nhà.
- Dùng đồng hồ tính giờ (timer) để giới hạn thời gian được làm nghi thức. Khi em đã quen với luật thì từ từ không cần đồng hồ nữa
- Viết chuyện với em về nghi thức, chỗ nào hay khi nào em được phép làm và không được phép (thí dụ chỉ vọc nước ở bể mà không được chơi trong bồn cầu).

## GIAO TIẾP

Liên lạc như là một khả năng thường xảy ra trước khi có ngôn ngữ, thí dụ như em bé đưa tay chỉ bình sữa, con chó, vòi phun nước. Liên lạc là hành động hữu thức, người ta có điều muốn liên lạc, có ý muốn liên lạc và ý muốn này biểu lộ bằng hành động như ngược mắt dò hỏi. Người tự kỷ có khiếm khuyết về những điều này làm cho việc liên lạc hóa khó khăn, cái dễ thấy là ta thay đổi giọng nói tùy trường hợp, ngay cả em bé cũng biết thay đổi ư a khi có người trò chuyện với em, so với lúc em nói một mình.

Thí dụ là khi em khóc vì lý do gì đó, thoát đầu tiếng khóc bình thường và giữ nguyên nếu không có đáp ứng, nhưng khi có ai lên tiếng đáp lại thì tiếng khóc hóa ra lớn hơn, mạnh hơn, bầy tỏ ý cấp bách hơn, thúc giục người lớn đến với em mau hơn. Trẻ tự kỷ dường như không có ý muốn liên lạc để chia sẻ qua việc giọng nói em phẳng không lên xuống để biểu lộ ý. Việc thiếu ý muốn này cũng thấy ở trẻ không biết nói, em có thể được dạy dùng hình hay ra dấu, hay dùng máy điện toán, nhưng không cách nào giải quyết được vấn đề liên lạc.

Trở ngại khác là người tự kỷ dường như không ý thức tâm tình người khác, không biết họ nghĩ gì cảm gì nên sự liên lạc có tính cách sử dụng, đòi hỏi, dùng người khác cho ý muốn của mình, hơn là có liên quan đến tâm trí của người khác tức không có tính xã giao, chia sẻ. Cách dạy nhằm tới cả hai mặt này là khiến người tự kỷ chỉ tay và ngó vào người đối diện. Chỉ tay không chưa đủ, nó là ý muốn vật nhưng ý này cần truyền đạt đến người khác như cha mẹ, thầy cô, vì vậy cần phải ngó mặt. Chỉ tay khi không có ai bên cạnh để lưu ý thì việc liên lạc không thành, và ngó mặt ngoài việc khiến trẻ lưu ý đến người khác còn tập cho trẻ nhìn vào mắt họ, đây là cả hai điều mà người tự kỷ yếu kém.

Kể đó có những điều ta cho là hiểu biết chung thì người tự kỷ không biết, và rất thường khi ta thấy không cần dạy hay nói rõ việc gì với người bình thường ('vì ai mà không biết') thì lại phải nói rõ cho người tự kỷ, thí dụ là nét mặt, cử chỉ, điệu bộ, và với người tự kỷ có hiểu biết nhiều thì có thể dạy về nghĩa bóng, ẩn ý trong lời nói. Cái gì hiểu ngầm và dễ đoán nay phải được giải thích bằng lời với họ. Như vậy, khi cha mẹ đưa tay chỉ vật gì thì trẻ tự kỷ có thể không hiểu là bạn muốn con nhìn vào vật ấy như bạn. Ngay cả khi bạn nói 'Nhìn kia', thì cũng không chắc trẻ nhìn vào vật bạn muốn con nhìn vì giản dị là em không hiểu ý đó. Cha mẹ sẽ cần nói rõ 'Nhìn con bò kia!'

Chuyên gia giáo dục nói rằng mục đích là tập trẻ biết liên lạc nên trong giai đoạn đầu cha mẹ hay thầy cô không cần chú ý lắm đến hành vi, tức chưa cần dạy phép lịch sự như thưa gửi, cảm ơn 'please, thank you', bạn có thể nói câu ngắn, gọn sao cho con hiểu việc liên lạc là hỏi xin điều mà em muốn, và điều ấy nằm trong sự kiểm soát của bạn, thí dụ trên kệ cao, trong tủ. Thí dụ cho ý này là trên bàn có đĩa trái cây, khi trẻ tự kỷ thò tay muốn lấy trái táo và bạn ngăn lại, dạy con đặt câu hỏi rồi đưa cho con thì sự việc có nghĩa:

- khung cảnh không cần sự liên lạc, trẻ có thể lấy đồ vật em muốn mà không cần hỏi ai.
- khi bạn dạy con cách hỏi thì cái em học được không phải là liên lạc, mà là tuân theo luật, biết phép lịch sự, chờ đợi, v.v. Nó có hữu ích của nó nhưng không phải là cái ta nhắm tới ở đây.

Bạn cần dạy em có ý muốn hỏi bên cạnh ý muốn có vật, thế nên một cách là cất trái táo vào tủ lạnh cho em thấy để khi muốn thì em hỏi bạn (nếu biết nói), hay dẫn bạn tới cửa tủ nếu không biết nói.

Tới chuyện khác khó hơn là trẻ cần biết liên lạc là để tỏ ý, truyền đạt hay chia sẻ tư tưởng, đòi hỏi tức cần đối tượng. Lắm khi trẻ được dạy phương tiện là lời nói hay cử chỉ mà không thấu đáo ý nghĩa của liên lạc là phải có người khác, nên trẻ có thể chỉ tay vào lúc không có ai đứng cạnh, đứng ở cửa phòng xin vào bằng câu lễ phép mà em được dạy trong khi phòng trống, trẻ ra dấu cái em muốn thì chui xuống gầm bàn làm chỗ mà không ai thấy, chúng tỏ em

biết làm đúng thủ tục nhưng không hiểu mục đích của việc liên lạc. Bước đầu tiên vì vậy là khiến em bảo đảm có người biết em muốn liên lạc, cho em biết cách làm sao để họ lưu ý.

Vì không hiểu một số cử chỉ phổ thông, người tự kỷ có thể diễn dịch sai ý người khác gây buồn lòng, thế nên cha mẹ cần hiểu một số giới hạn của con để không cảm thấy bị tổn thương. Trẻ tự kỷ không muốn được ôm ấp, vuốt ve, hôn hoặc vì nhạy cảm về xúc giác như đã nói, mà cũng có thể vì không hiểu đó là cử chỉ âu yếm, thương yêu, coi đó là sự tấn công và xô cha mẹ ra. Thí dụ là trẻ chạy té trầy đầu gối, cha mẹ ôm vai con an ủi thì trẻ có thể xem hành động này không liên quan gì đến vết thương và bác đi, nó chỉ muốn nói trẻ thấy hoang mang lạ lùng với cử chỉ của cha mẹ. Có lẽ bạn hôn vết thương hay lấy tay xoa nhẹ chỗ trầy tỏ ý thông cảm thì được chấp nhận dễ hơn, tức có cử chỉ nhằm thẳng, trực tiếp. Nếu trẻ biết nói và hiểu biết thì cha mẹ có thể dạy và làm cử chỉ thương yêu nhiều lần cho em quen.

Kể chuyện là một cách tăng cường khả năng liên lạc, và người tự kỷ khó mà kể chuyện dù thật hay tưởng tượng có đầu có đuôi, có chi tiết cốt yếu của chuyện. Cha mẹ có thể giúp con bằng cách ôn lại cái em đã biết và phân tích chuyện nếu trẻ biết nói, với trẻ không biết nói thì dùng hình vẽ hay hình chụp, mục đích là giúp em thấy được bố cục của sự việc, tạo nên cấu trúc làm mẫu khi nghe kể hay đọc chuyện, và dùng nó để dựng nên chuyện của riêng em. Thí dụ là bạn dành thì giờ với con sau bất cứ việc gì như đi chợ về, ăn cơm xong, để nói chuyện. Với trẻ biết nói thì gọi cho em nói về cái vừa xảy ra, đặc biệt là hỏi xem con cảm thấy gì về chuyện đó. Trẻ tự kỷ thường không nhận biết cảm xúc của chính mình hay nói lên cảm xúc, nhưng bạn cần giúp con phát triển khả năng lượng xét này vì chuyện thường được nhớ lại qua tính cảm mà nó sinh ra.

Có nhận xét là người tự kỷ hiểu được chuyện thật ngoài đời hơn là chuyện tưởng tượng, tiểu thuyết, vì trẻ có thể hiểu phần nào tại sao người ta xử sự thế này hay thế kia (cười khi vui, khóc khi buồn) và không theo dõi được tính tiết của tiểu thuyết vì không hiểu lý do khiến nhân vật phản ứng hay tâm lý nhân vật. Lý thú hơn nữa là người tự kỷ khi trưởng thành chỉ thích đọc chuyện thật như hồi ký, tiểu sử, tự thuật và tiếp tục tránh xa tiểu thuyết, nếu có đọc thì họ thường khi đọc chuyện khoa học giả tưởng, với những nhân vật lạ lùng từ hành tinh khác không hành xử theo thói thường. Theo cách đó người tự kỷ dễ dàng hiểu và tiên đoán hành vi của họ hơn. Dầu vậy có người AS nói điều này không đúng và họ rất thích đọc chuyện tưởng tượng, tiểu thuyết.

Một cách để giúp trẻ kể chuyện là dùng hình. Mục đích là dạy em kể có lớp lang, biết mở rộng, có óc sáng tạo và nói tự nhiên. Nhấn mạnh cách nói 'mới đầu... rồi... hết chuyện'. Bắt đầu bằng chuyện rất giản dị gồm ba tấm hình

có nội dung lớp lang, trẻ phải xếp ba tấm hình theo thứ tự hợp lý và nghĩ ra câu chuyện dựa theo hình, thí dụ một hình là cậu bé cầm cái ly, hình thứ hai em chế nước vào ly, hình thứ ba em đưa ly lên miệng uống. Loại hình kể chuyện như thế có bán tại các nơi cung cấp học liệu, và chuyện có thể gồm ba, bốn hay năm hình tiếp nhau. Ban đầu bạn kêu trẻ xếp đúng thứ tự và giúp em kể chuyện. Khi em thành thạo hơn thì ta nhắc lời dẫn.

Liên lạc, tỏ ý là chuyện rất cần để làm cuộc sống thoải mái, và bạn nên giúp con có khả năng cùng sử dụng nó hiệu quả. Trẻ không biết nói càng cần được dạy phương tiện để liên lạc, hoặc bằng hình hoặc ra dấu, hay nói vài chữ cần thiết như 'Đau cổ, đau chân'. Điều này đáng chú ý vì người tự kỷ có thể cảm thấy đau ít hơn bình thường tuy cùng mức độ trầm trọng, và cảm nhận yếu kém đôi khi gây ra hệ quả đáng lo như đau nặng mà không biết để báo động cho người khác hay.

Liên lạc còn là để cho biết nhu cầu, tâm trạng của mình, nhất là sự bức bối. Trẻ có thể không hiểu là cần cho người khác hay mình muốn gì, hay cái gì làm em khó chịu, nên bạn cần chỉ cho em cách liên lạc. Nó sẽ làm giảm sự căng thẳng và giải tỏa không cho bức bối dồn nén để rồi nổ bùng. Chúng tự kỷ làm trẻ rất dễ bị bắt nạt, ăn hiếp (vì dễ tin), bị chọc ghẹo, em thấy khó chịu mà không hiểu là chuyện gì xảy ra và không thể chia sẻ cảm nhận này với ai khác. Ít nhất với trẻ không biết nói, hãy dạy trẻ dấu hiệu hay cử chỉ tỏ ý 'Yes', 'No', muốn hay không muốn có điều gì.

### Trực trực khi nói chuyện.

Người tự kỷ biết nói và có khả năng cao nói rằng đôi khi họ biết trong đầu muốn nói gì, họ có chữ nhưng không phải lúc nào cũng nói được, và khi nói được thành lời thì có khi nói không đúng chữ. Lúc khác cần phải nói mà không được thì hết sức bức bối, muốn đập phá ném đồ đạc. Thỉnh thoảng họ lập đi lập lại một chữ để cảm thấy được an tâm hơn, và nhu cầu này dẫn đến tật nhái lại (echolalia). Nhu cầu gia tăng hay ít nhất duy trì khả năng liên lạc còn quan trọng vì sự kiện sau. Thường khi người tự kỷ học xong trung học và rời trường, không còn áp lực nào bắt họ phải nói để liên lạc nên khả năng này đứng một chỗ, với ai có mức phát triển kém thì nó còn có thể giảm bớt, hóa ra ít nói hay nói không chi tiết. Nếu họ vào viện hay nhà tập thể cư ngụ thì nhân viên nơi đây không biết là trước đó họ nói được nhiều, và cho rằng lời ậm ừ, nói một chữ một là cách nói bình thường của họ.

Điều quan trọng ở đây là nhân viên chăm sóc cần được cho biết về khả năng của người tự kỷ để khuyến khích họ nói, gọi cho nói nhiều hơn, duy trì khả năng này. Theo cách đó người tự kỷ sẽ không được phép lấy cái gì mà không cần hỏi, hay chỉ liên lạc bằng dấu hiệu hay cử chỉ. Tương tự vậy, ai không nói và chỉ biết ra dấu sơ sài thì cũng nên có cách để sử dụng chúng bằng không kỹ năng sẽ biến mất,

nó có nghĩa nhân viên cũng cần học ngôn ngữ bằng dấu để hiểu họ muốn nói gì. Lễ đương nhiên những điều cũng áp dụng cho gia đình và cha mẹ khi người tự kỷ sống ở nhà, và nếu cần thì mọi người liên hệ học thêm những dấu mới. Ai không nói được thì có thể được chỉ cách liên lạc bằng hình theo phương pháp PECS, hình được thay đổi thêm bớt tùy theo nhu cầu mỗi lúc, và được bao plastic. Hình có lợi điểm là nhân viên mới hiểu ngay còn ra dấu thì nhân viên cần phải có hiểu biết trước.

Lúc gần đây ý thức về nhân quyền, khuyết tật gia tăng, nhiều người khuyết tật lên tiếng về tình trạng của họ khiến có hiểu biết nhiều hơn về vấn đề này. Từ đây có khuynh hướng nói là người bình thường nên nhìn hay ít nhất nên biết sự việc theo quan điểm của người khuyết tật thay vì chỉ xét đoán theo tiêu chuẩn thông thường. Theo ý đó cái mà ta cho là hành vi không thích hợp như la hét, đập phá, ném đồ đạc lại có thể là hành vi rất hợp một khi ta hiểu được lý do của phản ứng như vậy. Chẳng hạn bị kẹt xe trên xa lộ ra phi trường và sắp tới giờ lên phi cơ thì không phải chúng ta cứ thảnh thơi nhìn đồng hồ tay sao, trong khi ta biết rất rõ giờ khi ấy? Ta bối rối, lo lắng thì người tự kỷ cũng y vậy, hành vi (hồi giờ không ngưng miệng) của họ không bất thường chút nào, nó chỉ không hợp ở điểm là nói thành lời mà không giữ trong đầu, lo lắng một cách thâm lặng như đa số chúng ta.

Cũng y vậy, ai không biết nói mà gặp chuyện bực bội, không có cách bày tỏ cảm xúc thì đập đầu, ném máy truyền hình xuống đất, kéo tóc người khác là cách để có đáp ứng mau lẹ, được chú ý và cái làm bực bội sẽ biến đi. Khi hiểu được nguyên do và chỉ dẫn người tự kỷ thay hành vi này bằng những cách khác thì cách liên lạc thích hợp sẽ tăng lên, và hành vi không thích hợp giảm bớt. Hiểu được vậy thì cha mẹ hay nhân viên chăm sóc xem các hành vi trên là kỹ năng liên lạc yếu kém mà không phải là cố tình phá phách, cúng đầu, làm mối liên hệ đôi bên được thoải mái hơn.

## NGÔN NGỮ

Tất cả người tự kỷ đều có ngôn ngữ khác thường, có người không biết nói hoàn toàn nhưng có thể dạy để dùng dấu hiệu, một số rất ít không thể liên lạc bằng bất cứ cách nào dù là nói hay ra dấu. Việc hoàn toàn không liên lạc thường hiếm, đa số biết kéo tay áo người lớn hay đẩy tay họ về món đồ muốn lấy và hành động này dù rất căn bản cũng là một hình thức liên lạc.

Người khác lại nói trôi chảy rất mực, nói như tự điển có thể là triệu chứng của người tự kỷ khả năng cao. Nghe thì như không có vấn đề gì nhưng xem xét kỹ thì câu nói thiếu sự uyển chuyển. Họ không hiểu thành ngữ còn lời ví von, nghĩa bóng thì được hiểu theo nghĩa đen. Câu nói trôi chảy lầu lầu nhưng họ lại không để tâm đến người

nghe hiểu nhiều hay ít, có vẻ như họ không thể thay đổi ngữ vựng cầu kỳ cho hợp với trẻ nhỏ hay ai ít biết về đề tài đang nói. Người tự kỷ sẽ nói một thôi một hồi về chuyện họ ưa thích hay cái có liên hệ đến họ mà thôi, gia đình hay trị liệu có thể dạy họ đặt câu hỏi lịch sự nhưng ít khi họ quan tâm đến câu trả lời, ngay cả người tự kỷ rất khá có khả năng cao cũng gặp khó khăn với việc trao đổi qua lại tư tưởng khi trò chuyện.

Tật nhái lại là nét rất thông thường trong cách nói của người tự kỷ, họ nhái lại chữ, câu hay có khi cả một đoạn đối thoại. Trẻ có thể diễn tả y hệt giọng nói và cách nhấn âm của người mà em nhái lại, nhưng khi người bình thường có thể thêm bớt để chế nhạo hay chọc cười thì trẻ không thể nghĩ 'Gặp chuyện đó thì mẹ sẽ nói như vậy', mà em chỉ đơn giản lặp lại giống y câu mà mẹ đã nói. Tật này đặc biệt thường thấy nơi trẻ nhỏ tự kỷ đang tập nói. Nhìn chung thì đó là dấu hiệu tốt vì nói được cách nào vẫn tốt hơn là không biết nói. Một số trẻ nhái lại biết dùng cái vốn ngôn ngữ đó để tạo ra ngôn ngữ khác của riêng em. Mặt khác cũng không nên cho rằng lời nhái lại chỉ rỗng không vô nghĩa, có thể như thế mà cũng có thể không phải. Nhiều trẻ không nhái lại bất cứ câu nào em đã nghe mà biết lựa câu chúng thấy hay hoặc có lợi cho chúng, tuy người bình thường không biết rõ lợi ích này.

Người ta nên tìm hiểu mọi tật nhái lại của trẻ nhỏ trừ phi bạn biết chắc đó là chuyện đùa, bởi nói như vẹt không phải là cách phát triển bình thường của việc tập nói. Cố nhiên là tất cả trẻ nhỏ bắt chước vì đó là cách để chúng biết nói, có được ngôn ngữ, nhưng trẻ bình thường sẽ mau lẹ xếp chữ thành câu theo cách riêng của em. Em có thể bắt lấy cách nói của người lớn và dùng nó trong câu của mình nhiều khi rất khôn trước tuổi, nhưng trẻ không chỉ trả bài nguyên câu ngược lại cho bạn, không thêm bớt trừ phi em có chứng tự kỷ.

Có trẻ tự kỷ và Asperger nói rõ ràng, trôi chảy, kho ngữ vựng dồi dào nên khó nhìn ra sự yếu kém ngôn ngữ, nhưng ta luôn luôn tìm thấy khi xem kỹ. Trẻ sẽ hiểu sát nghĩa, không hiểu nghĩa bóng, ẩn ý, câu như:

- Vậy là chết rồi.

sẽ làm trẻ hoang mang lo sợ. Em nghe người lớn ngồi ở bàn nói về người cần lọc máu không được uống nhiều nước, ai đó bảo:

- Uống thêm một ly nước là chết.

và mẹ thấy con òa ra khóc, dỗ mãi mẹ mới hiểu ra khi trẻ mếu máo, vừa nói vừa nhìn ly:

- Nếu con uống ly nước là con chết.

Dấu hiệu khác là dù trôi chảy thế mấy, trẻ không thể dùng thành ngữ đúng cách và đáng nói hơn hết là em hoặc không cho người khác dự vào chuyện, chuyện chỉ có một chiều là đề tài em đặt ra, hoặc em không thể dự vào chuyện người khác, chuyển theo gợi ý của họ. Trẻ sẽ nói mà không lắng nghe kỹ điều bạn nói đáp lại trừ phi nó phù hợp với đề tài của em. Em sẽ thao thao, nói có đầu có

đuôi, thông minh về một chuyện nhưng khiếm khuyết lộ ra ngay khi nó trở thành hai chiều đối đáp.

Có trẻ tự kỷ tạo ra chữ và câu riêng cho mình, có thể đó là tăt và vô nghĩa mà cũng có thể là chữ có ý nghĩa thật sự. Cha mẹ để ý thấy dẫn con vào viện bảo tàng khoa học thì trẻ dùng một số chữ đặc biệt làm như có liên quan đến máy móc trung bày nơi ấy nhưng vô nghĩa thí dụ scoodles, hay khi xem phim Walt Disney thì trẻ nhắc đi nhắc lại những chữ lạ tự em đặt ra. Có thể em tưởng tượng nhân vật khác dựa theo phim nhưng ta không thể nói chắc.

Gần như tất cả người tự kỷ gặp khó khăn với đại danh từ, ít nhất thì đó là quan sát thấy nơi người nói tiếng Anh vì trong tiếng Anh mẹ sẽ hỏi:

- Do you want a drink ?

trẻ cho rằng mẹ gọi chúng là 'You' thì chúng cũng xưng 'You' để đáp lại, trực trặc này cộng thêm tăt nhái lại khiến trẻ sẽ nói:

- Do you want a drink ?

khi thật ra chúng muốn nói là mình khát nước, muốn uống nước, và cũng sai văn phạm Anh văn.

So sánh với tiếng Việt, khi mẹ hỏi:

- Con muốn uống nước không ?

Chữ 'Con' dùng để chỉ trẻ nên khi em đáp cũng dùng chữ 'Con' thì lại đúng văn phạm và nếu em nói:

- Con muốn uống nước không ?

để tỏ ý muốn uống nước, ta nhận ra ngay đây là tăt nhái lại và không phải sai văn phạm.

Hoặc trẻ không biết cách dùng đại danh từ mà nói về mình như một người thứ ba. Chẳng khi tới dự buổi tiệc Jeff nhìn quanh lo lắng nói với mẹ:

- Ở đây ai cũng thích Jeff.

Mẹ hiểu là em muốn hỏi:

- Ai cũng thích con không ?

Ít khi có người tự kỷ dùng văn phạm đúng cách. Có vẻ như khả năng nói theo qui tắc văn phạm là cái bẩm sinh, ngay cả cộng đồng người điếc chỉ dùng dấu hiệu cũng mau chóng đặt ra văn phạm cho riêng họ một cách dễ dàng. Người tự kỷ không làm vậy, rất có thể thiếu sót này là do họ chú trọng vào chi tiết mà không thấy được liên lạc một khối. Trở lại việc dùng sai đại danh từ, nhiều phần nó giống như có tính máy móc, có liên quan đến cách trẻ tự kỷ học nói bằng cách nhái lại. Khi mẹ hỏi:

- Do you want a drink ?

em muốn uống nước nhưng gặp khó khăn với chữ trừu tượng như 'Yes' sẽ lặp lại câu của mẹ, và việc thiếu liên kết về văn phạm khiến em không thể đổi chữ 'You' thành chữ 'I'. Khả năng hiểu văn phạm có thể bẩm sinh nhưng trẻ tự kỷ không có, dù rằng em có thể học tới một mức nào đó. Người tự kỷ có khả năng cao có thể nói đúng văn phạm hoàn toàn, nhưng giống như ngữ vựng của họ cầu kỳ thì văn phạm trong câu cũng cho thấy có tính học thuộc lòng. Đặc biệt thì quá khứ và tương lai của động từ trong Anh văn gây khó khăn cho họ, có lẽ trực trặc về trình tự là cái

tiêu biểu của chứng tự kỷ.

Người ta nhận xét thấy phần lớn trẻ tự kỷ dùng ngôn ngữ theo hai cách riêng biệt, một là để có điều mà chúng muốn, thí dụ nói 'Nước' để được rót nước cho uống. Do kinh nghiệm chúng suy ra rằng nói 'Nước' với người lớn thì hiệu quả hơn, để có nước hơn là lăn ra khóc, ăn vạ, gào thét hay nắm tay áo kéo, dù có khi phải mất nhiều năm chúng mới ý thức được việc ấy. Vì vậy chúng dùng ngôn ngữ của chúng ta để thỏa mãn những đòi hỏi cấp thiết nhất của chúng, nhưng không dùng ngôn ngữ ấy để tìm hiểu về chúng ta như là con người trong đời, có nghĩa trẻ không muốn nghe chuyện mẹ đi học như thế nào hồi còn nhỏ, không thích thú muốn biết ba làm gì khi đi công tác xa nhà. Người tự kỷ sống trong giây phút này và tính thực dụng, cụ thể của ngôn ngữ họ sử dụng phản ảnh điều đó.

Rồi họ có loại ngôn ngữ thứ hai dùng cho thỏa mãn riêng tư. Trẻ thì thầm những lời cho mình nghe mà thôi, nhắc lại những đoạn đối thoại trong băng video, biến đổi chữ thành những âm kỳ dị vô nghĩa để hoặc la to hoặc thì thầm. Khó mà nói là ngôn ngữ dùng theo cách sau này có nghĩa gì theo quan niệm thông thường, hay nó được dùng chỉ vì âm mà nó phát ra. Có thể là có nghĩa trong cách suy nghĩ của trẻ, vì có trẻ nói những câu trong các video khác nhau thành câu chuyện theo ý của chúng, hay ít nhất nghe có vẻ giống vậy. Trẻ khác không nói rành thì nhớ lại câu nào em thích nhất rồi la lớn. Loại ngôn ngữ này có tính riêng tư, không hề nhằm mục đích liên lạc. Trẻ biết nói mạch lạc tỏ ra phân biệt được hai lối nói của mình, em bảo mẹ:

- Con không nói với mẹ, mẹ à, con nói với con.

Ta có được một chút giải thích qua hành vi của một người tự kỷ khác có khả năng cao. Jessie khi thích một vật hay điều gì sẽ co rúm người lại (căng thẳng, tăt hay thấy ở người tự kỷ) thì thảo điều ấy rồi im bặt. Khi gia đình vịn hỏi thì Jessie nhất định không nói, bảo rằng nó quá đẹp, quá sức chịu không nổi, không thể nói ra. Xin đọc thêm cuốn *Để Hiểu...*

Jeff và Andy cả hai về sau bị tự kỷ lại không lộ ra những tăt chính của chứng này lúc nhỏ. Cả hai em đều biết nói lúc nhỏ và biết chỉ tay. Jeff biết nói sớm, một tuổi đã nói được vài chữ, tỏ ra hiểu nhiều hơn bằng cách đưa mắt nhìn hay chỉ tay. Chỉ tay được dùng như là một dấu hiệu để thẩm định chứng tự kỷ, vào lúc này khi trẻ được 10 tháng mà chưa biết chỉ tay thì đó là dấu hiệu sớm nhất cho biết có trực trặc. Jeff và Andy biết chỉ tay vào đúng tuổi, bây giờ nhìn lại mẹ cho rằng sự khác biệt nằm ở điểm hai anh em chỉ tay khi có thúc giục mà không tự động làm. Thí dụ được hỏi:

- Mặt trăng đâu ? thì em chỉ tay làm mẹ khen.

- Con giỏi quá !

Hai trẻ cũng chỉ tay để nhu cầu được giải quyết, chúng biết diễn tiến là:

Hộp bánh — Chỉ tay — Có bánh.

Nhưng chúng không dùng hay chỉ dùng hạn chế là chỉ tay



để chia sẻ sự chú ý, thí dụ không gọi mẹ nhìn để thấy cùng với con, hăm hở thích thú, chỉ cho xem hay chia sẻ. Mẹ còn nhớ rõ chuyện Jeff lúc 18 tháng ngồi chồm hổm nhìn con bọ chăm chú. Em mê mẩn ngắm và cô nhớ mình nghĩ thoáng qua là con sẽ gọi mẹ đến cùng xem chứ? Nhưng em không gọi, ngó con bọ tới lui một lúc lâu rồi đứng lên đi chỗ khác.

Jeff là con đầu lòng nên có nhiều điểm mẹ không biết để thấy là có trục trặc và khám phá ra sớm sửa. Mãi tới khi có con thứ ba được bình thường là Matt mẹ mới hiểu rõ ràng sự khác biệt giữa trẻ tự kỷ và trẻ thường. Lúc 10 tháng thì cánh tay Matt lúc nào cũng dang thẳng ra để chỉ. Nếu bắt gặp chuyện gì thích thú Matt sẽ kêu mọi người trong phòng để làm họ cũng biết, hay chạy tới lui không ngừng mang vật này vật kia cho mẹ xem, Jeff và Andy không hề làm vậy. Cô nhớ lại là có lúc nói đùa với bạn:

- Jeff không hề đưa tôi đồ chơi của nó. Chắc cu cậu ích kỷ. Cô cười không nghĩ ngợi gì thêm về điểm ấy.

Đối với Matt, chỉ tay và chia sẻ đồ chơi là để liên lạc. Trẻ biết nói sớm như Jeff nhưng không giống như anh, liên lạc là cái thúc đẩy Matt. Chỉ tới khi sinh Matt cô mới nhận ra là Jeff không biết nói để làm việc chính yếu là liên lạc, mà học nói vì em thích ngôn ngữ, chữ là vật kích thích chính đối với em từ nhỏ và tới nay khi em 13 tuổi thì vẫn là vậy. Giống như nhiều người tự kỷ khác Jeff vô cùng thính tai, năm năm tuổi bắt đầu vào trường khi mẹ hỏi về chuyện ở lớp Jeff nhắc lại lời thầy cô thật đúng giọng.

Khi nhìn lại và so sánh, mẹ khám phá thêm nhiều điều trong cách phát triển ngôn ngữ của con. Jeff biết nói rất mau mà nếu chú ý, bà mẹ có thể thấy là trẻ tự kỷ không biết nói bi bô theo kiểu trẻ con. Jeff có ư a mà không hề ư a thành câu dài vô nghĩa bắt chước câu người lớn. Ngay từ đầu Jeff đã nói rõ ràng, chính xác, giọng trầm ấm. Chuyện hóa rắc rối thêm khi ta biết rằng Andy, về sau cũng lộ ra chứng tự kỷ, lại nói bi bô một tràng cho người lớn nghe, dĩ nhiên là không có nghĩa gì cả.

Lúc 15 tháng Jeff vẫn còn là trẻ bình thường, biết làm trò khi được yêu cầu như bao trẻ con khác: vẫy tay bye bye, vỗ tay, nhảy, múa, mà cũng biết tự ý làm trò không đợi ai nhắc. Em không có gì là thụ động hay cứng nhắc, biết lấy sách đòi người lớn đọc cho em nghe. Mẹ khám phá là con có trí nhớ rất khá, lúc 16 tháng khi nghe mẹ kể câu chuyện quen thuộc mà ngưng lại thì Jeff sẽ thêm ngay chữ kể tiếp ở bất cứ đoạn nào trong chuyện, và em biết ít nhất 50 chuyện như thế. Jeff cũng thuộc lòng nhiều bài hát dài lúc chưa tới hai tuổi. Trí nhớ mạnh là đặc điểm hay thấy của người tự kỷ, nay 13 tuổi Jeff vẫn còn khả năng ấy như học thuộc bài hát mới rất mau hoặc nhớ nằm lòng phần đối thoại của băng video.

Không phải người tự kỷ nào cũng có khả năng này hay kia trội mức, đa số không có khả năng nào đáng nói mà cho dù có thì tài năng ấy cũng chỉ có giá trị giới hạn. Với người

tự kỷ khả năng này không dẫn đến khả năng kia như ta tưởng, người có thể nói ngay không cần suy nghĩ là ngày 30-3-1472 thứ mấy trong tuần thì không nhất thiết có khả năng nào khác về toán. Nó chỉ là một tài lạ, với Jeff việc ưa thích ngôn ngữ lúc nhỏ không thúc đẩy cho em học viết học đọc. Ngày nay Jeff biết viết biết đọc rất căn bản là nhờ công lao thầy cô dạy nhiều năm. Jeff không hề tự mình muốn đọc hay muốn viết để giải trí hay để biết thêm; nếu em làm thì đó là chuyện hết sức lạ lùng. Khả năng, nếu có, của trẻ tự kỷ giống như các hòn đảo đứng tách biệt, rời rạc nhau trên biển đầy xáo trộn, không có gì nối kết với nhau thành khối liền lạc để đặt nền tảng cho phép xây dựng thêm lên.

Thường khi tài năng chỉ nằm đó làm hài lòng người tự kỷ, làm cha mẹ hãnh diện nhưng rồi sau đó chán ngán bực bội khi thấy rằng khả năng về toán, về nhạc, có trí nhớ tuyệt hảo chỉ có thể và đứng một mình mà thôi, không phải là chìa khóa để mở đường vào trí thông minh bình thường. Lúc chưa tới hai tuổi Jeff leo đèo theo mẹ trong bếp, nâng nấc đòi mẹ đọc những bài trong tập thơ cho trẻ con. Em đứng lên ghé đọc lâu lâu từng bài không ngưng nghỉ, hay sinh nhật hai tuổi được nhiều thiệp của cô chú Jeff cầm xấp thiệp đi quanh nhà, chưa biết đọc nhưng lập lại câu chúc nhiều hàng trong thiệp mẹ đã đọc cho nghe:

Chú nhỏ láu lĩnh hai tuổi.

Ngày vui của chú hôm nay

Mong chú sẽ lớn như thổi

Cười đùa suốt tháng năm dài.

Di Gill cung cháu biết bao.

Ta có nói Jeff biết dùng những câu học trong sách hay video vào cuộc trò chuyện với người khác, đó là một hình thức của tật nhái lại nhưng em dùng nó khéo đến mức phải lâu về sau cha mẹ mới thấy đó là vấn đề mà không phải là niềm hãnh diện. Những câu này được nói ra đúng lúc, có ý nghĩa thích hợp càng khiến cha mẹ tin rằng con giỏi đang, nhưng sự thành thạo khi nhái lại che dấu một khuyết điểm trầm trọng. Trẻ có thể nói;

- Trời phơn phớt hồng có đàn chim bay.

mà không thể nói:

- Mẹ, ngó kia, chim !

hay trẻ nói:

- Bò khệnh khạng giữa sân là con cá sấu khổng lồ xanh lục.

nhưng không nói:

- Cô Hiền mặc áo màu xanh lục.

Khi cầm điện thoại lên em không nói:

- Hello, ba.

hay tưởng tượng ra bất cứ lời trò chuyện đối thoại nào.

Thay vào đó trẻ nói bằng một giọng vô cùng máy móc:

- Xin đặt máy xuống và gọi trở lại.

Nói gọn là Jeff gặp khó khăn trong việc tự đặt câu riêng cho mình. Sự việc giống như du khách cầm trong tay quyển sách có những câu đặt sẵn bằng ngoại ngữ, và lấy ra



bất cứ câu nào thấy hợp nhất cho khung cảnh. Đôi khi Jeff cũng biết xếp chữ của mình thành câu nhưng khả năng tự đặt thành câu thay đổi chỉ giới hạn, đặc biệt khi so sánh với số vốn ngữ vựng đáng kể của em. Một điểm khác đáng chú ý là khi trẻ thích đọc chuyện cao hơn mức của em, đọc thơ thì người lớn khen rồi rít mà không nhận ra là khả năng hiểu của em có thể bị thiếu sót. Cả Jeff và Andy biết ráp mẫu tự thành chữ ngắn lúc chưa hai tuổi, Andy còn biết gọi mẹ đến xem khi ráp chữ, chỉ cho mẹ coi những mẫu tự em thích, và mẹ mừng rỡ cho là hai con rồi sẽ đọc sách bằng bằng. Nay Jeff 13 tuổi chỉ có sức đọc của trẻ 6 hay 7 tuổi, và Andy 11 tuổi sau nhiều năm thầy cô dạy dỗ, chỉ biết nhận diện chừng 10 chữ.

So sánh với Matt thì khác hẳn, Matt đọc không khó khăn chút nào. Em biết đọc chút ít lúc 3.5 tuổi và nay lúc 5 tuổi thì đọc lâu lâu. Đối với em mọi chuyện liên kết với nhau, trong thế giới trí tuệ của Matt việc này ăn khớp vào việc kia, chẳng hạn em đọc mà không để ý là mình làm việc đó khi chơi trò trên máy điện toán, mua hàng, trả lời câu đố trong sách báo thiếu nhi. Em đọc to cách nấu món ăn lúc mẹ làm bếp, biết rằng đọc sẽ cho ta biết điều cần biết.

Jeff học chữ rất mau vì có mắt bén nhạy và trí nhớ tốt, biết nhận mặt chữ như là vật có dạng khác nhau nhưng lại thấy khó mà ngắt chữ theo từng âm. Dầu vậy Jeff không hề nghĩ tới việc áp dụng chuyện đọc của mình vào việc gì. Ngay cả lúc rất thích nghe kể chuyện Jeff không hề lộ ý tò mò về cuốn sách mới nào. Năm ba và bốn tuổi lúc bắt đầu phát ra chứng tự kỷ Jeff chống lại bất cứ sách mới nào. Em ngồi bệt trên sàn chung quanh để lộn xộn những cuốn chuyện mà em ưa thích, mỗi cuốn mở ra ở một trang riêng. Jeff sẽ đọc cuốn này rồi cuốn kia ghép những câu lại, đối với em ngôn ngữ trong sách càng ngày càng xa rời ý nghĩa của nó.

Lúc 3,5 tuổi Jeff nói luôn miệng, nói với mẹ, nhìn về phía mẹ đòi có trả lời nhưng nếu mẹ trả lời không đúng ý thì bác bỏ ý mẹ. Sách vẽ hình con hải cẩu, Jeff hỏi mẹ đó là con gì và khi mẹ trả lời là hải cẩu thì em không chịu mà khẳng định rằng đó là con bò câu, nhắc đi nhắc lại nhiều lần xác quyết. Ở tuổi này Jeff biết đặt câu lấy và cũng có nhái lại, ai quan sát mà không có kinh nghiệm sẽ không thể ngờ là có trực trặc. Nét tự kỷ lộ rõ nhất trong lời nói của Jeff là những gì thiếu sót trong câu nói. Lần đầu tiên mẹ cầm máy hình để quay phim con, nếu là Matt trẻ bình thường thì em sẽ liến thoắng hỏi không ngớt:

- Cái gì đó ?

- Để làm gì ?

- Tại sao mẹ cầm nó ?

- Cho con cầm thử được không ?

Nhưng Jeff không hỏi câu nào, làm như em không hề để ý. Trẻ ba tuổi thường được mô tả là như tờ giấy thấm, thu lấy thật nhiều hiểu biết về thế giới chung quanh, em sẽ hỏi liên tu bất tận và không phải lúc nào cũng chịu lắng

nghe câu trả lời, vì em bị thúc đẩy mạnh mẽ để tìm hiểu càng nhiều càng tốt. Hiểu biết là quyền lực. Jeff thích đọc sách, nói năng rành rọt, thông minh sáng láng, lại không hỏi câu nào nào câu căn bản nhất:

- Andy đâu ?

Andy còn chưa tới được mức ấy, chỉ hỏi được những câu biết nhờ thuộc lòng:

- Can I have a sweet ? (Cho con viên kẹo được không ?)

Ngay cả chữ 'I' cũng là thuộc lòng. Cả hai không hề dùng chữ 'Tại sao', tuy lúc gần đây Jeff biết hỏi:

- Tại sao con mèo hắt hơi ?

và như thế chuyện đáng mừng là có tiến bộ. Làm như óc hiểu kỳ là cái tạo sự bất an, trẻ bị hoang mang khi vượt qua ranh giới cái hiện tại và ở đây nên không muốn mạo hiểm đi vào vùng ấy. Thay vào đó trẻ chỉ lấy chút ít hiểu biết và bao quanh mình bằng lời khẳng định chắc nịch:

- Đó là con chim bồ câu.

và bác bỏ ý người khác. Có lẽ trên hết thấy Jeff làm như không cần có khán giả. Đa số trẻ nhỏ tự nói với mình khi chơi nhưng thường gọi người lớn chú ý đến trò chơi của mình nếu có ai quanh đó. Mẹ Jeff đứng cạnh ghi chép trong sổ tay nhưng Jeff cho dù biết có mẹ đó lại không nhắc nhở tới mẹ trong lúc chơi. Giống như Jeff và Andy không hề hỏi:

- Tại sao ?

thì hai em cũng chưa hề nói:

- Coi con nè mẹ.

câu nói của trẻ bình thường.

Sự hồ hững của trẻ đối với chuyện chung quanh và hợp tác với người khác thấy rõ khi chuyên gia thẩm định trẻ ba tuổi. Trong phòng có nhiều đồ chơi lạ hoặc nhẩy múa hoặc phát ra tiếng động kích thích sự tò mò, để xem trẻ có quay đầu về hướng có tiếng động. Trẻ tự kỷ làm ngược, không phải vì em điếc mà vì em không màng, và em cũng không làm theo lời yêu cầu của chuyên gia lấy trái banh bỏ vào hộp, thí dụ vậy. Cha mẹ chưa có kinh nghiệm sẽ không nhận ra, nhưng so sánh với trẻ bình thường em sẽ bị đồ chơi thu hút, sẽ làm theo lời yêu cầu và muốn tỏ cho chuyên viên thấy là mình biết làm. Có những điều mà trẻ không thể không làm nên khi không có dấu hiệu đó thì thấy ngay là có trực trặc.

Một tật đặc biệt của trẻ tự kỷ/AS là hiểu theo nghĩa đen.

Em kể rằng có hôm mẹ tới trường đón con thì trường xin mẹ chờ vì tìm không ra trẻ. Biết tính con mẹ hỏi trước đó cô dặn em làm gì. Cô bảo kêu em chui xuống gầm bàn bỏ sách vào học, mẹ ngó xuống gầm bàn thì quả nhiên thấy con ở đó. Trẻ không nghĩ mình đã làm gì sai khiến mọi người thấy lo lắng, em giải thích khi chui xuống gầm bàn em cảm thấy an toàn, thế giới rồi rầm lộn xộn dường như nay rất xa, không thật khi em có một cái gì che trên đầu và được bao bọc xung quanh. Mặt khác em ở mãi dưới gầm bàn vì nghe lời cô, cô không nói làm xong thì đi ra, không ai nói vậy thì em ở hoài chỗ đó !

Vì tật này người ta cần nói rõ ràng với người tự kỷ và AS khi muốn họ làm điều gì, cho dù đó là người rất thông minh. Trong cách giao tiếp thường ngày đa số chúng ta nói có ẩn ý, nói không hết ý như thí dụ trên vì cho rằng người nghe sẽ đoán ra, nhưng tốt hơn không nên làm vậy với ai có chứng tự kỷ/AS. Họ than phiền là người thường:

- nói điều không hàm ý (nói lời, mời lời)
- bỏ sót không nói chuyện muốn nói (ngụ ý, hiểu ngầm)
- nét mặt biểu lộ đủ điều kỳ cục xem ra tương phản với lời họ nói.

Nhìn theo cách ấy thì người thường đúng ra thật kỳ lạ theo cái nhìn của người tự kỷ. Vài câu thường nói mà làm người tự kỷ hoang mang là:

- Nghĩ coi làm vậy thì mẹ cảm thấy ra sao ?
- Con không quan tâm đến em/anh/chị à ?
- Ích kỷ quá.

Trẻ thực sự không hiểu người lớn muốn nói cái chi mà muốn rằng cha mẹ, thầy cô nói gì thì nói thẳng đừng úp mở quanh co, đừng cho rằng con sẽ tự động biết được ngụ ý vì nhiều phần là em không hiểu. Em hay bị rầy là không nghĩ coi lời nói, hành động của mình có làm buồn lòng người khác, nhưng em thấy rất khó khi làm vậy, không thể suy ra ý người khác nghĩ gì trừ phi họ nói cho em rõ, mà ngay cả khi được nói cho nghe thì lời nói cũng rào đón không thẳng thắn rõ ràng. Người tự kỷ muốn rằng mọi chuyện phải thật tách bạch rạch ròi đối với họ.

Dạy ngôn ngữ cho người tự kỷ không giống như cách dạy bình thường là tập cho trẻ có nhiều ngữ vựng và rồi dạy cách đặt câu khéo léo, mà điểm chính yếu là dạy cách dùng chữ sao cho hiệu quả, nói được rõ ý của mình. Ngôn ngữ của trẻ tự kỷ thường không có nội dung, chứa đựng ý nghĩa mà lắm khi chỉ là lặp lại hoặc ngay đó hoặc về sau, nó cũng nặng nề.

Thông thường ý thức về liên lạc đi trước ý thức về ngôn ngữ, trẻ nhỏ chưa biết nói nhưng biết nhìn theo ánh mắt của người lớn hay cái chỉ tay, hay nhìn ta tỏ ý thắc mắc. Trẻ tự kỷ không có ý thức về liên lạc thế nên cũng không biết là ngôn ngữ dùng để làm gì, và bởi không đoán được ý người trẻ không dùng ngôn ngữ đúng cách để liên lạc. Tượng trưng cho thiếu kém này là chuyện sau, bạn có thể đưa hình con mèo cho trẻ xem và hỏi.

- Con biết đây là con gì không ?

Trẻ sẽ đáp:

- Biết.

rồi hết, đối với em như vậy là đủ trong khi trẻ bình thường hiểu rằng ta muốn em nói thêm. Giả thử bạn đặt câu hỏi kể.

- Con biết tại sao gọi nó là con mèo không ?

thì bạn cũng rơi vào y cái lỗi của câu trước vì trẻ sẽ thản nhiên nói.

- Biết.

và ngồi im, em thấy đã trả lời câu hỏi của bạn đầy đủ.

Trong mẫu đối thoại này bạn phạm lỗi hai lần còn hành vi của trẻ không phải là chọc phá hay cố tình thô lỗ, mà chỉ vì đó là lối suy nghĩ của em.

Ngôn ngữ cũng có thể làm rối trí y như có thể làm sáng tỏ sự việc. Với trẻ tự kỷ gặp khó khăn về ngôn ngữ, bạn nên tìm những cách phụ để dạy thay cho ngôn ngữ khi nào thuận tiện, và đa số trẻ tự kỷ học có hiệu quả nhiều việc không cần lời. Việc ấy xảy ra khi có đủ hình ảnh hay cử chỉ, cảm giác khiến em hiểu rõ ý hay chuyện cần làm, cách làm ra sao và thế nào là xong chuyện. Chẳng hạn cột dây giày, khuynh hướng thông thường là vừa làm vừa giải thích:

- Vây nè, cầm lấy dây giày, thấy lỗ nhỏ này không, con xỏ dây qua đó, v.v.

Ta có thể nghĩ nói vui vẻ, âu yếm sẽ khiến em dễ làm theo và ta cảm thấy không thoải mái nếu lặng thinh làm, nhưng cần để ý khi ngôn ngữ có thể gây rối trí, hay có trẻ không thể tiếp nhận chỉ dẫn theo nhiều cách (vừa nghe, vừa thấy) cùng lúc mà chỉ có thể mỗi lần một cách.

Người tự kỷ có tật hỏi hoài một chuyện dù đã được trả lời trước đó vài phút, họ biết là câu trả lời sẽ ra sao và mục đích của câu hỏi để nghe lặp lại câu đáp và được trấn an.

Có đề nghị là thay vì ngăn không cho hỏi nữa ta có thể dùng nó để tìm xem trẻ biết gì về câu hỏi và hướng ý em về điều mà em chưa biết, cho thấy cách dùng câu hỏi là để có trả lời cho cái không biết. Ý này đưa ra vì sửa đổi hành vi (ngăn không cho hỏi) không phải là giải quyết tốt đẹp cho tật này tuy nó có thể áp dụng tạm thời một lúc ngắn, thay vào đó là nhắm thẳng vào ý nằm sau câu hỏi (muốn được trấn an) và đáp ứng với nó. Lấy thí dụ trẻ có thể hỏi:

- Trưa nay mình không đi học bơi phải không ?

vì em biết là hồ bơi đóng cửa để tân trang và em sợ nước. Vài lần hỏi hoài như vậy bạn có thể nói:

- Phải rồi, mẹ biết con không thích tập bơi. Còn cái gì khác con muốn nói mẹ nghe không ? Còn cái gì con chưa biết mà muốn hỏi mẹ ?

Người tự kỷ không biết dùng câu hỏi đúng cách vì không hiểu được tâm ý người khác, nên dạy con biết cách hỏi cũng là dạy con biết liên lạc.

Khó khăn hay thấy với trẻ là bởi hiểu theo nghĩa đen, chúng không hiểu là trong lối nói chuyện ta dùng câu hỏi lịch sự để làm nhẹ bớt lời yêu cầu. Chẳng hạn mẹ nói:

- Ăn xong thì con đi hút bụi nhé ?

Trẻ sẽ đáp:

- Không

Ta cần hiểu là không phải trẻ biết ý thực của câu hỏi (là lệnh) và không vâng lời. Trẻ bình thường hiểu được ngụ ý này nhưng trẻ tự kỷ thì không, nghĩ rằng đó không phải là lệnh mà là câu hỏi, và mình có quyền chọn lựa làm hay không làm. Nếu bạn tức giận và la hét thì trẻ hoang mang và bị tổn thương, tự hỏi tại sao. Bạn cần cắt nghĩa cho con rõ và nhớ khiếm khuyết chỉ hiểu sát, hiểu nghĩa đen để tránh bực dọc về sau, vì trong một dịp khác mẹ có thể kêu

con:

- Đem chậu hoa này ra hàng hiên đằng trước.

và một lát sau thấy trẻ bung chậu hoa trở lại bên hông nhà, sau khi đã làm y như lời dặn. Mẹ tưởng rằng nói vậy là đủ và con sẽ hiểu thêm là bung ra để đó. Trẻ sẽ ngạc nhiên nếu bạn la lối vì em thấy mình làm đúng yêu cầu của bạn, vậy thì nên nói thẳng, rõ ràng, đầy đủ ý bạn muốn gì với trẻ và đừng cho rằng con hiểu được ngụ ý của mình. Cũng vậy, khi bạn dùng từ ngữ là cách nói đầy ẩn dụ thì nhớ giải thích với con. Thầy cô và cha mẹ có con tự kỷ dần dà học được cách nói này, giúp trẻ tránh được hoang mang, bối rối, căng thẳng, làm cho việc liên lạc hằng ngày được dễ dàng hơn. Tuy nhiên bạn cần làm con ý thức cách dùng chữ bằng không trẻ sẽ không cải thiện mức hiểu biết của mình, và không hiểu được người khác khi họ nói với nghĩa bóng.

Một cách dạy được đề nghị là khi tới giờ sửa soạn bữa ăn, bạn nói.

- Mẹ đi nấu cơm.

Khi con đã nghe quen một thời gian, bạn có thể ngưng và dùng câu sau:

- Tới giờ hầu ông táo rồi.

Tới phiên trẻ hiểu rành câu này thì bạn thay đổi, ngày dùng câu này ngày dùng câu khác. Cách nói ấy có hai điều lợi, nó tập cho trẻ biết thay đổi và hiểu được nghĩa bóng, là hai mặt yếu kém của chúng tự kỷ. 'Tươi như hoa' hay những thành ngữ có ẩn ý đều cần được cắt nghĩa.

Với tật nhái lại thì có phân biệt giữa nhái lại tức thì là nhắc lại câu vừa được người khác thốt ra:

- Hi, Mary

và Mary cũng đáp 'Hi, Mary'.

Cái khác là nhái lại trễ khi trẻ nói câu đã nghe trước đó một thời gian vài tuần hay cả năm về trước. Một cách trừ tật nhái lại tức thì là mỗi lần xảy ra bạn có thể đặt ngón tay lên môi con và nói.

- Không nhái lại (No echo).

Có trường hợp sửa như vậy tám tháng thì trẻ dứt tật. Với người lớn tự kỷ thì tật này được giải thích là có thể do họ không hiểu nghĩa câu hỏi, hay đang bận tâm chuyện khác không có câu trả lời nên chọn giải pháp là lặp lại câu nói. Người ta để ý là khi bị hỏi thúc, ép phải nói thì người lớn tự kỷ nhái lại nhiều lần, còn khi được để cho thông thả trả lời, nói tự nhiên thì có ít câu nhái lại hơn.

Tật nhái lại trễ thì gây ra trục trặc sau, thiếu niên nghe được cuộc bàn luận của các bạn và nhớ các chữ chính. Đó là cuộc nói chuyện về tính dục nhưng trẻ không ý thức, một thời gian sau em nhái lại ở nhà ở trường gây rắc rối cho ba mẹ, vì bị nghi ngờ là lạm dụng tính dục em.

Để giúp ta hiểu tầm quan trọng của ngôn ngữ vào lúc này với luật lệ chặt chẽ nhằm bảo vệ trẻ em, có chuyện kể là trẻ tự kỷ tự gây thương tích cho mình như đánh bầm mắt, khi được cảnh sát hay bác sĩ hỏi rằng cha mẹ, thầy cô có đụng vào chỗ đó hay không thì em thành thật đáp 'Có',

khiến cha mẹ thầy cô bị nghi ngờ. Em không nghĩ tới hệ quả câu đáp của mình, và không biết thêm rằng người lớn sờ vào là để thoa kem hay an ủi.

Cũng về ngôn ngữ bạn có thể tự làm một bảng tính cảm có hình gương mặt biểu lộ những cảm xúc như vui (miệng cười), buồn, giận (nhíu mày, đưa nắm tay), bực bội (nhíu mày), sung sướng (cười toét miệng), chán, bệnh, đói, sợ. Nó có thể là hình vẽ hay hình chụp, giúp trẻ học chữ diễn tả tình cảm. Mỗi khi có chuyện gì bạn đưa cho con bảng hình để con chỉ vào nói cảm xúc của em lúc đó. Em học tên của mỗi cảm xúc, biết rằng mình có tình cảm và cha mẹ giúp con nói về những xúc động này.

Cái khác nên biết là hiểu lầm có thể xảy ra khi người tự kỷ có nhiều ngữ vựng, dùng chúng trong câu nói khiến ta tưởng họ có tri thức cao nhưng không phải thế. Trẻ hay người tự kỷ nói mà không hiểu trọn vẹn ý nghĩa của chữ. Vài cách để phát triển ngôn ngữ của trẻ là:

- Học đối đáp, người lớn nói 'Ba mặc quần xanh', rồi nhắc con đáp 'Con mặc quần trắng'. Hay nói 'Mẹ ăn trưa với bánh mì thịt nguội', và hỏi em ăn gì. Câu khác là 'Cô cầm viết màu đỏ' v.v.

- Học phân biệt xúc động trong hình người. 'Chỉ cho mẹ xem ai buồn, ai vui, ai giận' v.v. Nói xem tại sao họ buồn, vui, giận.

- Học cách dùng của mỗi phòng trong nhà: 'Con làm gì trong nhà bếp, phòng tắm v.v.

- Học cách đặt câu trọn vẹn, có chủ từ, động từ, túc từ, liên từ.

- Giúp em kể chuyện dài về một bức hình.

- Giúp em nói về việc không xảy ra ngay lúc này: 'Con thấy gì ở đoàn xiếc?'

Trẻ tự kỷ biết nói thường có mức phát triển khá hơn trẻ không biết nói, ngôn ngữ là phương tiện hữu ích cho việc học và sử dụng được ngôn ngữ làm cải thiện tương lai và phẩm chất cuộc sống sau này. Vì vậy cha mẹ và thầy cô nên gây dựng khả năng đó tuy rằng một số đáng kể người tự kỷ sẽ không nói được thành thạo.

## Tập Có Ý Niệm

Khả năng tổng quát hóa là việc có thể chuyển cái đã học trong hoàn cảnh này sang hoàn cảnh khác. Nó là cái mà người tự kỷ hay gặp khó khăn. Một cách giải quyết là khi muốn dạy trẻ ý nghĩa và chữ 'cup' thì em được cho biết nghĩa rộng ngay từ đầu, bắt phải chú ý đến nghĩa ấy. Thay vì đưa cho em chỉ một cái tách thì trẻ được cho chơi nhiều vật trong đó có vài cái tách. Bạn kêu em lựa tách ra bỏ vào một hộp riêng có hình nhiều tách, khi em làm được một cách tự nhiên, chúng tỏ em nắm được ý niệm thì bạn mới dạy em chữ 'cup'.

Bạn cần nhớ một đặc tính của chúng tự kỷ khi dạy con là trẻ rất lo lắng khi không làm được theo yêu cầu, bị 'thất

bại', vì em thiếu óc tưởng tượng và không biết cách nào khác để làm cho đúng. Vì vậy bạn nên xếp đặt sao cho trẻ làm được lệnh hay đòi hỏi một cách tốt đẹp, thành công ngay lần đầu và không nên có trừng phạt. Đó là khuyến khích cho trẻ hứng thú học tiếp và nếu cần phê bình chỉ dẫn thì nói sao cho em không cảm thấy bị sợ hãi, dọa nạt. Kế đó nói rằng em sai, làm thiếu, chưa hoàn hảo v.v. thì không đủ, mà cần chỉ cho thấy cách thức đúng để trẻ có khuôn mẫu làm theo những lần sau, bởi trẻ tự kỷ rất có thể không biết thế nào là sai và thế nào là đúng.

Thí dụ bạn muốn con dọn phòng gọn ghẽ, trẻ tự kỷ không hiểu gọn ghẽ nghĩa là gì nên không có ý niệm rõ ràng là cần phải làm điều chi, làm làm sao. Bạn có thể cho con xem hình căn phòng gọn ghẽ với vật nằm đúng chỗ, để trẻ có mục tiêu rõ rệt nhắm tới, và có cách so sánh kiểm lại xem mình đạt được mục tiêu hay chưa. Dạy trẻ bằng hình dễ hơn bằng lời vậy tức thấy hơn là nghe, tránh giải thích dài dòng vậy nên áp dụng hiểu biết này khi nào thích hợp. Khi làm xong thì có thưởng cho con, thí dụ được làm cái mà em thích như chơi trên màn ảnh điện toán 15 phút, đó là cách dùng sự thành công để thúc đẩy em làm việc.

Trong phần liên lạc ta có nói đến việc tập cho trẻ kể chuyện, ở đây kể chuyện cũng có thể được dùng để làm trẻ suy nghĩ về kinh nghiệm đã qua, gia tăng ý thức về mình và chung quanh hơn là chỉ nhớ lại sự việc. Chẳng hạn khi con phụ bạn làm bánh và bánh đã bỏ lò nướng, trong lúc chờ đợi bạn có thể cùng trẻ ôn lại việc làm bánh ngay trong bếp. Khung cảnh còn những dấu hiệu như bột rơi trên sàn, vỏ trứng, đường, tô, muỗng nhắc cho trẻ nhớ đã làm gì. Việc hồi nhớ không còn mạnh bằng khi ăn bánh xong, con và bạn sang phòng khác ngồi học.

Cách khác là nhớ lại chuyện em đã dự, nhớ lại theo thứ tự lớp lang như phần kể chuyện ở trên. Thí dụ đi chợ về thì mẹ con có thể ngồi lại lấy hàng ra khỏi túi, dùng vật để gợi nhớ trẻ và nói về cuộc mua sắm. Bạn hỏi con: 'Con nhớ tiệm mình mua món này không? Nhớ mình chọn hiệu ABC mà con thích không? Con nhớ có tới mấy hiệu khác nhau không? Tại sao con thích hiệu này?' Khi trẻ quen với câu hỏi về sự việc thì bạn có thể nói rộng câu hỏi để thêm chi tiết như cái gì xảy ra, ở đâu, hồi nào, có những ai, trẻ cảm thấy ra sao. Dưới đây là vài câu hỏi mẫu về việc đi chợ.

- Ai đi chợ?

- Hai mẹ con mua gì?

- Trẻ và mẹ vào tiệm nào?

- Vô đó con thấy sao?

- Tiệm bán gì trong đó?

- Mình gặp ai lúc mua hàng?

- Chùng nào mình dùng món này?

Để nhắc lại cho trẻ vững thì ba đi làm về trẻ có thể được nhắc để kể chuyện đi chợ cho ba nghe, ban đầu mẹ không chùng phải nhắc một chút nhưng khi trẻ quen cách thức thì mẹ chỉ cần nói:

- Kể cho ba nghe mình làm gì hồi sáng, con gặp ai?

Với trẻ không biết nói thì vẫn có thể làm được bằng cách dùng hình và vật, hộp bánh là để nhớ lại việc mẹ và em xuống phố mua bánh. Đây không nên là hình tổng quát về sự việc, mà nên là hình của em loại chụp lấy liền để giúp em sống lại kinh nghiệm, nét mặt trong hình khiến trẻ nhớ lại tình cảm lúc ấy và không phải chỉ là thứ tự của diễn biến trong chuyện.

Bạn cũng có thể nhân việc này dạy con về tình cảm là cái mà người tự kỷ thấy khó, dù đó là tình cảm không thoải mái thì cũng không nên vì vậy mà lướt qua để tới cảnh dễ chịu hơn. Hãy nói chuyện với con tại sao con cảm thấy như vậy, dùng nó làm cái nhắc nhở về sau và làm con ý thức về tình cảm.

Ngoài việc tập cho trẻ lượng xét cái đã qua, đã kinh nghiệm bạn còn có thể dạy trẻ chuyện sắp tới, hoặc bằng lời hoặc bằng hình. Thí dụ là việc chuẩn bị đi học mỗi sáng, cả nhà ăn cơm buổi tối, và phải làm gì trước khi đi ngủ. Duyệt lại hay sắp đặt trước có giá trị đặc biệt cho trẻ không biết nói hay nói khó, để em ý thức những bước phải làm khi giải quyết vấn đề, lựa chọn đúng cách.

Khi trẻ tự kỷ được tập cho phát triển kỹ năng giao tiếp sớm thì có nhiều phần nó giảm được sự cô lập và việc có hành vi lập đi lập lại. Bởi việc yếu kém khả năng đoán ý người thay đổi theo từng trẻ, nặng nhẹ khác nhau nên phương pháp cần được áp dụng uyển chuyển, theo mức và nhu cầu của mỗi em thay vì đồng đều theo tuổi. Kế tiếp một chương trình can thiệp không thì không đủ, mỗi tuần đi học chỉnh ngôn hay hành vi một lần trong 10 tuần thì không phải là giải pháp cho tất của em, lý do là kỹ năng giao tiếp phát triển theo năm tháng nên chương trình can thiệp phải có trong đời sống hằng ngày của trẻ.

## Hiểu Biết về Tật của Trẻ.

Đầu tiên ta cần biết những khó khăn chính của trẻ tự kỷ trong việc phát triển kỹ năng giao tiếp:

— Khó khăn về ngôn ngữ.

Nó có ảnh hưởng đến việc giao tiếp, nhưng không phải hẳn biết nói là cải thiện được kỹ năng giao tiếp với người. Chuyện không dễ dàng hay đơn giản như vậy.

— Không đoán được ý người.

Đây là yếu tố chính ảnh hưởng khả năng giao tiếp của trẻ tự kỷ, em không biết được nhu cầu của người em muốn tương tác hay ai muốn tương tác với em.

— Không nắm được ý chính.

Em đi tới chỗ nhận nhiệm vụ hát đồng người nhưng không biết đó là đám cưới, đám tiệc, hay sàn khiêu vũ; trẻ thấy chi tiết và bị choáng ngợp vì cảm giác, chi tiết mà không hòa hợp chúng lại để thấy toàn cảnh.

— Thiếu óc tổng quát hóa.

Em không biết áp dụng cùng một luật hay khả năng vào

những trường hợp khác biệt. Thí dụ ở nhà không được ăn bốc nhưng khi đến nhà ông bà thì trẻ ăn bốc, nghĩ rằng luật áp dụng ở nhà cha mẹ mà ở nhà ông bà thì khác. Matt được dạy không phê bình ai mập phì trên xe bus, nhưng khi đi phố, đi học em vẫn lớn tiếng phê bình. Em cần được dạy là luật áp dụng cho mọi nơi.

— Hiểu Nghĩa Đen.

Vì không biết mưu tính, trẻ tự kỷ không cố tình chọc giận hay làm bạn đau lòng. Bạn gái trong lớp của thiếu niên có Asperger hỏi ý trẻ:

- Bỏ thấy tui mặc áo này được không ?

Các chị của em dạy rằng dù áo làm bạn gái trông không đẹp mắt, thiếu niên không nên nói sự thật, hay ít nhất chỉ nói một phần làm việc nhẹ đi, nhưng em không hiểu tại sao. Đây là thiếu niên ăn nói trôi chảy như người lớn, thông minh, nhưng chỉ hiểu theo nghĩa đen và tự hỏi tại sao không thể nói sự thật. Em không ý thức những lắt léo trong việc giao tiếp. Thiếu niên khác thì nói với khách đến chơi rằng:

- Tới giờ bác về rồi.

Mẹ giảng cách mấy cũng không làm con hiểu câu này thô lỗ, đối với em nó chỉ là một nhận xét về sự việc, không hề có ý làm tổn thương ai.

Khó khăn về giao tiếp còn là vì:

\* Có vẻ như ở trong thế giới riêng của em.

\* Không chơi với trẻ khác.

\* Có hành vi không thích hợp.

## Cách Đối Phó.

### • Hiểu ý nghĩa các biểu lộ trên nét mặt và cảm xúc.

Có nhiều nhu liệu (software) và băng video giúp trẻ học được việc này cùng ý nghĩa cử động thân hình. Cha mẹ có thể giúp bằng cách đọc chuyện rồi thảo luận cảm xúc của nhân vật, theo cách và vào lúc hợp cho em. Cũng có CD dạy phát triển óc tưởng tượng, kể chuyện, giải thích cảm xúc. Lối học này cần có người hướng dẫn trẻ mà không thể để mình em với máy điện toán, vì em chỉ viết lại sự kiện mà không biết thêm cảm tưởng, ý kiến, tình cảm của mình vào đó. Trẻ có thể có khả năng về ngôn ngữ rất cao (trẻ AS) hay về toán (trẻ tự kỷ) nhưng óc tưởng tượng và hiểu biết về tình cảm rất thấp nên ta cần biết điều ấy để lựa lời giải thích hay lựa chuyện vừa tầm cho em.

### • Phát Triển Óc Tưởng Tượng.

Một cách là nhớ lại chuyện cũ. Điều hay thấy ở vài trẻ tự kỷ là em nhắc lại những việc đã xảy ra trong ngày, thí dụ Kate 16 tuổi mỗi ngày đi học về sẽ vào phòng riêng và mẹ nghe con nói lại một mình những gì em nghe trong lớp như:

- Esther, đi rửa tay ngay.

- Thưa cô, vâng.

- Ngồi yên, Mike, đừng chọc phá Jack nữa...

### • Học Tương Tác, học lắng nghe và học nói.

- Cầm cờ. Đây là kỹ thuật theo đó chỉ ai cầm một vật định trước (cờ, gấu bông v.v.) mới có thể nói còn những người khác phải lắng nghe. Vật được chuyển đi giáp vòng để ai cũng tới phiên được nói.

- Có thời hạn. Mỗi người được nói một thời hạn nhất định bằng nhau. Trẻ tự kỷ có thể thấy đây là việc rất khó làm, nhưng cũng có gia đình cho biết kỹ thuật áp dụng có hiệu quả.

### • Ăn định ranh giới rõ ràng.

Đa số trẻ tự kỷ không bắt được những luật bất thành văn khi giao tiếp, thế nên khi nhỏ nên đặt ra luật rõ ràng cho em hiểu điều gì chấp nhận được hay không chấp nhận được khi giao tiếp. Trẻ có thể không hiểu hết nhưng em thường tuân theo luật và nhờ vậy tránh được những hành vi bất lợi về sau, nó có nghĩa cha mẹ cần nhìn xa để ngăn ngừa thói quen không tốt lúc nhỏ, mà còn để làm cho cuộc sống của em được dễ dàng mai sau, khi họ không còn nữa và con tiếp xúc với người lạ chăm sóc cho mình. Cha mẹ có thể nhân nhượng khi con còn nhỏ, và lại càng muốn dễ dãi hơn khi biết con bị khuyết tật, nhưng tật nếu không ngăn ngừa liền sẽ trở thành thói quen mạnh mẽ lúc trưởng thành, in thành nếp rất khó phá bỏ, gây khó khăn cho cả con lẫn người chung quanh.

Một số cha mẹ nhấn mạnh là họ dạy cho con biết cái gì thích hợp hay không thích hợp trong trường hợp nào. Nói chung cho trẻ nhỏ thì cần có luật rõ ràng mà không cần giải thích khi lý do phức tạp khó hiểu. Với trẻ lớn hơn hay có khả năng hơn thì cần giải thích luật. Vài thí dụ là:

— Henry thích chạy quanh không mặc quần áo. Khi em còn nhỏ làm như vậy ở nhà mùa hè thì không sao cả, nhưng tới tuổi vào vườn trẻ em vẫn giữ thói quen này, kể cả khi vào siêu thị, đi ra phố. Cha mẹ bèn dạy luật mới: 'Chỉ được cởi quần áo ở nhà'. Theo với thời gian luật thay đổi và hóa chi tiết hơn: 'Chỉ được cởi quần áo trên lầu ở nhà, khi tập thể dục ở trường, khi đi bơi, và khi đi khám bệnh ở phòng mạch, v.v.' Khi em hiểu nhiều hơn thì cha mẹ có thêm lời giải thích kèm với luật.

— Phil lúc 3 - 4 tuổi thích vuốt ve chân của phụ nữ có mang vớ mỏng. Người lớn chung quanh thấy đó là chuyện ngộ nghĩnh và để cho em làm, nhưng mỗi ưa thích này với vớ mỏng tiếp tục khi em lớn lên, dù đến thiếu niên Phil vẫn không biết là phụ nữ không thích và sợ hãi khi em làm vậy, em tỏ ra tức giận hay khó chịu khi bị ngăn lại. Cấm tật này ngay từ lúc nhỏ xét ra tốt hơn là bao dung nó, cho dù em có thể không hiểu và khóc la khi ấy. Tính dễ dãi bỏ qua cũng cần nhưng kèm với đó là việc phải tránh cho con những tật gây trở ngại cho việc giao tiếp về sau ngoài đời, và không phải ai cũng hiểu biết, bao dung

như cha mẹ của trẻ.

— Betty 10 tuổi được dạy hôn bà nội khi bà ra về. Em mau lẹ biến nó thành luật và hôn hết thấy mọi người khi họ ra khỏi nhà. Dĩ nhiên là ông thợ ống nước kinh ngạc khi Betty hôn ông. Mẹ phải giải thích sự khác biệt về mối liên hệ của từng người, và giải thích với ai thì nên hôn và ai không nên.

### • Chào hỏi thông thường.

Điều này cha mẹ nào cũng biết, bạn nên dạy cho con tùy theo mức phát triển của em những câu sau:

- thưa gửi, hello, goodbye.

- chào khi đi ngủ.

- luật khi nói chuyện qua lại: không ngắt lời, không đứng quá gần, thấy ai đang nói chuyện thì đi vòng mà không xen vào giữa v.v. Trẻ tự kỷ thường không ý thức là em đứng quá gần người khác, ở nhà thì không ai nói gì nhưng khi vào trường, ra phố, đứng xếp hàng ở tiệm thì người khác có thể không thông cảm mà hóa bực bội, rầy rà. Cha mẹ cần để ý và đặt ra luật rõ ràng cho con.

- khen và nhận lời khen.

- nói cảm ơn, làm ơn, xin lỗi.

### • Viết chuyện.

Cách này đã ghi trong quyển 'Chúng Asperger và Chúng NLD' xin bạn đọc thêm. Phương pháp do cô Carol Gray soạn ra với mục đích là giúp trẻ tự kỷ hiểu rõ về phản ứng của em và những gì xảy ra chung quanh, bởi trẻ không hiểu được ý người khác, liên kết những sự kiện thành việc có ý nghĩa mạch lạc. Chuyện được viết đặc biệt cho trẻ, về bất cứ sinh hoạt nào của em như đi sở thú, xếp hàng mua khoai chiên, vào siêu thị, viết về chuyện em làm được hay cố gắng mà không làm được, cho biết em cần phải làm gì trong hoàn cảnh gì.

Thí dụ dẫn con đi mua khoai chiên thì cha giúp con trai viết:

*Gia đình mình vào tiệm ngồi bàn kế cửa sổ.*

*Jim lấy bút chì ngồi yên lặng vẽ.*

*Jim ngồi trên ghế.*

*Em sẽ cố gắng ngồi yên chờ tới khi khoai chiên mang ra.*

*Đôi khi phải chờ hơi lâu mới có khoai.*

*Jim thích ăn khoai.*

*Khi đặt khoai lên bàn, mẹ khen Jim:*

*Con ngồi yên đợi giỏi lắm. Ngoan lắm.*

Khi chuyện viết xong bạn có thể giúp con vẽ để tô điểm, bước kế là cùng đọc với trẻ chuyện này hai, ba lần trong ngày, và đọc nhiều ngày nếu cần để giúp em hiểu kỹ càng hơn khung cảnh và em phải làm gì (ngồi yên, ngồi trên ghế mà không chạy lăng quăng v.v.). Khi chuyện viết bằng tên của trẻ, viết ra giấy có hình vẽ sau đó thì đối với em, nó rõ ràng là về em nên là cách rất mạnh mẽ để làm em chịu học hành vì thích hợp trong xã hội.

Tuy nhiên bạn cũng thấy là cách này đòi hỏi trẻ phải biết

đọc biết viết tức đã đi trường, nên có thể chưa áp dụng được cho trẻ nhỏ hay trẻ bị khuyết tật nặng không biết đọc biết viết. Mặt khác cho cha mẹ VN ở ngoại quốc thì ở nhà gia đình nói tiếng Việt mà đi trường trẻ học ngôn ngữ khác, trẻ không biết tiếng Việt còn cha mẹ không tự tin về tiếng Anh, Pháp của mình. Do đó bạn có thể thay đổi như chỉ vẽ hình, ghi tên con vào cạnh hình em và viết câu giản dị.

Ta cần nhớ rằng trẻ tự kỷ nhìn thế giới khác hẳn người thường, đó là lý do em gặp nhiều khó khăn trong việc liên lạc, bầy tỏ ý mình hay hiểu ý người khác. Trước hết để hiểu về vấn đề thì trẻ bị trục trặc là do những điều sau:

- em bị chậm nói, chậm phát triển.

- em có thể thấy không cần liên lạc, hay hiểu sai cách liên lạc

- không đoán được ý người (Mindblindness), không nắm được ý chính mà chỉ thấy chi tiết.

- bị rối loạn về cảm quan, tật si mê và không chú tâm đến gì khác.

Bất cứ cách hay chương trình nào nhằm cải thiện việc liên lạc của trẻ cũng nên chú mục vào sở thích và nhu cầu của em, em sẽ được kích động và thấy hứng hái muốn nói về chuyện có liên hệ đến em hơn là cái quan trọng đối với bạn

! Có khi cha mẹ bảo 'Cháu không biết nói, cháu không biết liên lạc', nhưng có cách liên lạc hay tỏ ý không bằng lời. Như thế hành vi của trẻ là một cách liên lạc, nó có thể không thích hợp với xã hội và không phải lúc nào ta cũng hiểu rõ, nhưng quả thật trẻ có gì muốn nói. Công việc của ta là diễn giải nó. Thí dụ Henry 3 tuổi hay ngồi yên lặng ở bàn chờ đợi, đó là cách của em cho biết khát nước và muốn uống nước.

Với trẻ tự kỷ nặng có khả năng thấp như Henry, em khát nước nhưng có thể không biết là cần cho người khác hay mình muốn uống nước, và chỉ biết la hét. Em không biết chỉ tay cho mẹ rõ khiến bà phải đoán ý con, khi trật khi trúng. Henry học được rằng chỉ cần ngồi ở bàn và chờ là một lát có thức ăn hay thức uống. Nếu không thì la hét sẽ được, cần hơn nữa thì lăn ra dẫy dựa và đạt ý mình. Phản ứng của cha mẹ vô tình củng cố thêm tật ăn vạ của con, làm cho tật dễ xảy ra hơn. Có những đề nghị sau để giải quyết việc thiếu liên lạc nói chung và không nhất thiết là chỉ riêng việc tỏ ý uống nước.

### • Nếu con không nói thì bạn nói !

Đây là trẻ khuyết tật, bạn đừng theo lối thông thường mà hầy nầy ra sáng kiến. Đừng chờ con nói mà hầy nói mỗi khi có dịp. Tới giờ cơm thì hỏn hỏ kêu 'Ăn cơm', ba đi làm về thì vừa vào cửa hân hoan gọi 'Ba về nè. Mạnh giỏi !' và ôm con hôn thay vì đợi con tới với mình. Trẻ không biết nói mà chỉ làm thầm một mình. Không sao, con tới đâu thì ba mẹ tới đó. Bạn cũng làm thầm cạnh con nhưng nói đi nói lại tên con, thêm vào đó tên anh chị em thí dụ:



Henry, Ba, Mẹ, Sarah. Mãi thì cho dù Henry không hiểu nghĩa hết những chữ này nhưng em bắt đầu nói theo: Henry, Ba, Mẹ, Sarah. Đó là thành công nhỏ rất khích lệ.

Cách khác để tập trẻ nói là khi con đang chơi trò em thích là đoàn xe lửa nhiều toa, mẹ mới gom tròn các toa bọc vào vạt áo trước bụng. Em nhìn quanh quất không biết toa xe lửa đi đâu mất hết. Mẹ xòe bàn tay ra cho thấy một toa xe nằm gọn trong lòng bàn tay của mình. Em muốn lấy toa xe nhưng mẹ nắm chặt tay lại và nói:

- Xính xịch.

Em bắt đầu rên rỉ, em ráng cạy mấy ngón tay của mẹ để lấy toa xe.

- Xính xịch. Mẹ lại nói.

Em rên rỉ nhiều hơn, thành gào lớn, cố sức banh ngón tay của mẹ. Cô dấu toa xe vào áo, nâng cầm em lên và vẫn nói.

- Xính xịch.

Em giận điên lên cả 5 phút sau đó. May phước là không có khóc mà chỉ la lớn, gào thét và đá tùm lum. Cô biết con rất thích những toa xe này, thích hơn cả chocolate. Dấu vật khác sẽ không làm em giận tới mức ấy.

- Xính xịch. Mẹ lập lại.

- Ình ịch. Cuối cùng em chịu bật ra tiếng.

Mẹ cười òa ra hôn con rồi rít.

- Con giỏi quá, con nói được 'Xính xịch'.

Có tất cả 12 toa xe và em nói 'Ình ịch' mỗi lần lấy một toa xe.

• Với tật không nhìn vào mắt, bạn có thể dùng cách sau. Thí dụ con rất thích đọc quyển sách nào đó, thay vì khi con đòi và lấy sách cho con, mẹ giữ sách lại, ngồi xuống sàn chờ tới khi con chịu nhìn vào mắt mình mới đưa ra.

• Hãy áp dụng cùng cách này cho việc chỉ tay. Trước tiên mẹ chỉ vào vật con ưa thích thí dụ quyển sách và nói 'Sách', từ từ trẻ bắt chước chỉ tay và nói theo. Mới đầu cử chỉ và lời nói không rõ ràng nhưng chậm chạp cải thiện, rồi tới lúc mẹ giữ sách không đưa đợi cho trẻ chỉ tay và nói. Bạn không đòi hỏi trẻ phải phát âm đúng chữ mà chỉ cần giống là được, khi trẻ lớn hơn thì việc phát âm sẽ khá hơn. Với trẻ hát ê a chữ vô nghĩa như nói ở trên, bạn có thể hát theo và nhét chữ 'Sách' vào đó hay bất cứ chữ nào khác cho con nghe quen.

Lúc thành thạo thì hãy thay đổi như tập cho trẻ đòi rồi mới được. Thí dụ thói quen mỗi sáng là Henry ngồi xuống chờ mẹ lấy sách đọc, nay mẹ cũng ngồi với con nhưng không có sách. Henry ngạc nhiên, rồi bực bội và la hét. Bạn phải chịu đựng một chút và cần kiên tâm. Khi trẻ dụ xuống thì dắt tay con đến kệ, cầm tay con chỉ vào sách trên kệ và nói 'Sách', rồi đọc sách với con. Mỗi ngày như thế trẻ học tới kệ đứng, đưa tay chỉ đòi sách. Chỉ cần con khoát tay là được mà không bắt buộc phải vươn thẳng tay chỉ, cho con thời gian tập làm cho đúng. Đó là những bước

nhỏ cho trẻ học cách đòi hỏi mẹ lấy sách.

Có nhận xét là trẻ tự kỷ rất thích chơi máy điện toán. Bạn có thể mua những trò chơi cho con, mà cũng hãy dùng nó làm phương tiện dạy con nói và những hành vi cần có, thí dụ dạy con phải làm gì hay nói gì để mở máy điện toán, dùng trò chơi để dạy con tên các đồ vật. Khi trẻ ưa thích thì hãy lợi dụng việc ấy để dạy con.

### • Thô lỗ.

Người tự kỷ hay bị than phiền là ăn nói chượng tai làm phật lòng. Sự thực là họ không biết lời nói mình có tác động như thế, không biết là mình thô lỗ theo quan niệm thông thường. Trẻ nói cô giáo ra mồ hôi nhiều quá, thấy hành khách trên xe lửa có xâm mình thì hỏi tại sao họ lại vẽ vào thân, lấy tay chỉ vào ai mập phì ngoài phố. Thường thường ai mịch lòng không nói gì nên trẻ không học được là hành vi cần thay đổi, nếu người ta nhịu mày nhần mặt bực bội thì trẻ cũng không nhìn ra nét tinh tế để suy đoán. Khi cha mẹ giải thích thì trẻ không hiểu tại sao có người lại giận khi em chỉ nói sự thật. Thiếu niên AS khi được bạn gái hỏi cô mặc áo mới thấy có đẹp không thì đáp:

- Nhìn đằng sau thấy chề bè.

và hoang mang khi bạn gái giận dỗi nghỉ chơi. Em thích chuyện cụ thể, dữ kiện với những con số và thực sự không hiểu gì về thời trang, tại sao phải xâm mình hay xỏ mũi xỏ mũi, càng không hiểu là có những sự thật không nên nói, những qui ước xã hội cần phải theo, như hỏi tuổi bạn của anh chị em trong nhà thì được, nhưng không nên hỏi tuổi bà cụ nhà ở đâu đường.

Cha mẹ nên cảnh giác là người trong nhà quen với tật của trẻ tự kỷ nên không thấy lạ, thấy cần phải sửa chữa, biết rằng trẻ có tật và bỏ qua, hay đôi khi cười tha thứ bao dung. Các phản ứng đó không cho trẻ biết là có gì trực trặc, bạn trong lớp có khi cười chế nhạo nhưng hoặc là em không hiểu hoặc coi đó là chuyện hay nên không chừng muốn tiếp tục làm hay lập lại nó. Để sửa chữa ta nên bắt đầu từ ở nhà, cha mẹ và anh chị cần cho em biết hành động nào là thích hợp và không thích hợp. Thông thường làm vậy dễ với trẻ AS hơn là tự kỷ, nhưng kinh nghiệm thấy là có người AS vẫn không thể hiểu là có vài điều tốt hơn đừng nói. Em có thể:

\* quan sát nét mặt, học đoán tâm tình người khác qua sự thay đổi của nét mặt, tập biểu lộ trước gương có cha mẹ chỉ dẫn.

\* học ý nghĩa những thành ngữ, em thấy khó hiểu phải nhờ cha mẹ giải thích, thảo luận với gia đình cách dùng chúng. Có thể em không biết dùng nhưng nay em đỡ lúng túng hơn khi nghe người khác nói và hiểu ý họ hơn, cải thiện trong cách liên lạc sẽ dẫn tới có giao tiếp tốt đẹp hơn.

\* nếu có chính ngôn, gia đình có thể phối hợp với người trị liệu để giúp em dùng những thành ngữ trên, hiểu các



luật khi giao tiếp, nắm được ý chính thay vì chú tâm vào chi tiết:

— Cô giáo: Lấy bút chì ra

Trẻ sẽ mang bút chì ra khỏi lớp.

— Cô giáo: Em mang sổ xuống văn phòng giùm cô nhé.

Trẻ: Dạ không, cô.

— Cô giáo: Cô đã nói bao nhiêu lần là đừng dùng viết chì hôm nay ?

Trẻ: Bốn lần.

Cách nữa là từ nay người nhà, thân hữu không cười để dài khi em phạm luật mà lộ ra phản ứng, cho em biết như thế không thích hợp. Ban đầu em có thể không vui nhưng nó giúp em ý thức hơn về ảnh hưởng lời nói và hành động của mình, em sửa chữa nên dần dần có tiến bộ.

Phương pháp này không hợp lắm cho cha mẹ VN ở ngoại quốc khi trẻ nói hai thứ tiếng nhưng bạn có thể thay đổi cho phù hợp với hoàn cảnh. Nó cũng chỉ áp dụng có hiệu quả cho trẻ AS hay tự kỷ biết nói thành thạo. Vài cách tập khác là:

### • Nói câu đơn giản.

Chuyên viên cho thuê hình sinh hoạt trong nhà và chiếu lại cho cha mẹ xem, họ kinh ngạc thấy là mình nói rất nhiều và ngôn ngữ rất phức tạp, khiến trẻ tự kỷ gặp khó khăn. Vì vậy có lời khuyên là nên dùng câu ngắn, chữ giản dị. Hãy bắt đầu câu bằng tên con sau đó nói thẳng vào việc, cách này rất có hiệu quả. Thí dụ:

- Kyle, đưa mẹ cuốn sách.

mà đừng nói:

- Con làm ơn lấy cho mẹ cuốn sách được không ?

Bạn hãy dùng tên con trong mọi chuyện của trẻ. Thí dụ khi đã biết nói chữ 'Uống nước' thì trước khi đưa ly cho con, bạn nói rõ ràng:

- Jeff muốn uống nước.

Trẻ có thể chỉ nói được hai chữ sau nhưng từ từ bạn chờ cho con nói 'Jeff muốn uống nước' mới đưa ly, nếu cần thì giúp con những lần đầu như nhắc khẽ, mớm lời. Bằng cách này trẻ có thêm ngữ vựng và biết cách dùng chúng để giao tiếp cũng như tỏ được ý dễ dàng hơn. Có lời phê bình là trẻ nói ngay đơ không được tự nhiên, nói như trả bài theo phương pháp đó, nhưng hãy so nó với cái lợi là trẻ nay cho ta biết được em muốn gì.

### • Mắt đối mắt.

Thường khi con không nhìn bạn và bạn có thể coi đó là điều không quan trọng nhưng hãy tập cho con làm điều ấy thường xuyên, vì nếu không tập trẻ sẽ không bao giờ biết là nên xử sự như thế. Bạn hãy ngồi xuống cho ngang tầm mắt với con, đối diện và nhìn vào mắt trẻ khi nói chuyện. Kế đó hãy cho trẻ thì giờ suy nghĩ và trả lời. Trẻ tự kỷ gặp khó khăn trong việc hiểu lời người khác, cần nhiều thì giờ hơn để sắp xếp ý trả lời; vậy hãy kiên nhẫn chờ đợi và bạn

sẽ thích thú với kết quả.

### • Cách thúc đẩy.

Trẻ cần có thúc đẩy mới thay đổi hành vi hay chịu học, đó có thể là được thưởng hay thỏa mãn sở thích của chúng. Cha mẹ là người biết rõ nhất trẻ thích điều chi để đưa vật vào cách dạy, như bắt con nói 'Xinh xịch' (Xinh xịch) rồi mới cho con xe lửa, hay lấy tay con chỉ vào con chó và nói 'Chó' khi ta biết trẻ thích xe lửa và chơi với chó. Trẻ chịu học hơn một phương pháp nào khi thấy nó làm chúng có được điều mong muốn, vậy hãy chọn vật nào thúc đẩy con học.

### • Dùng nhạc.

Nhạc là cách hữu hiệu để dạy trẻ biết thay phiên, chờ đợi tới lượt mình. Đây là kỹ năng rất quan trọng trong việc giao tiếp, trẻ cần biết khi đối thoại thì một người nói còn người kia yên lặng lắng nghe. Trò chơi giản dị là bạn lấy hai cái trống với hai que cho con và cho bạn, hay hai cái nôi và hai muống (một cái trống hay một cái nôi cũng được), người này gõ trống rồi người kia lập lại. Đó là căn bản cho việc thay phiên.

Có trẻ thích hát hay đáp ứng thuận lợi hơn với câu hát. Em làm thình khi mẹ gọi tên, làm ngơ mọi người và không nhìn vào mắt ai, nhưng khi mẹ hát ru thì trẻ ngưng chuyện đang làm, nhìn quanh mỉm cười và nhìn vào mắt người hát. Khám phá được điều ấy, nay mỗi lần muốn con chú ý thì mẹ hát và dùng cách này để dạy con. Thí dụ thay vì nói:

- Lindy muốn ăn cơm.

bạn hãy hát câu đó, hoặc vừa đánh trống vừa hát. Chỉ có hai mẹ con trong nhà nghe với nhau vậy bạn không nên ngại có ai cười, chẳng bao lâu trẻ có thể nhái lại câu hát và như thế là em tập nói. Trị liệu bằng nhạc có vẻ đặc biệt hữu ích cho trẻ không biết nói, làm như đòi hỏi em nói là chuyện rất khó nhưng em có thể tương tác qua nhạc cho kết quả rất tốt đẹp.

### • Đòi hỏi phải nói.

Ý này đã đề cập phần nào trong những điểm trên, nay khai triển ra thêm. Đa số cha mẹ đoán ý con rất giỏi, biết được nhu cầu và ý muốn của con để thỏa mãn ngay, thí dụ như thấy con nhìn ly sữa hay cái xe hơi thì đưa liền cho con không nghĩ ngợi. Tuy nhiên làm vậy trẻ không cần phải liên lạc tỏ ý muốn có vật, và không học được là phải tỏ ý như thế nào; tương tự vậy, cơm ngày ba bữa dọn sẵn có nghĩa trẻ không đói hay khát. Để dạy con thì có vài cách đơn giản giúp trẻ học liên lạc:

- Giữ lại, khoan đưa.

Không đưa cho trẻ ngay vật muốn có mà khuyến khích có đáp ứng bằng cách này hay kia, như nhìn vào mắt bạn, chỉ tay, gật đầu hay nói một câu, tùy theo mức phát triển của con và bạn muốn con làm gì (chỉ tay hay là nói). Nếu con

nói được thì chờ cho tới khi con hỏi, cho trẻ thì giữ để hiểu rằng cần phải nói mới được như ý.

- Thay đổi thông lệ.

Cố ý 'quên' làm một việc bạn vẫn thường làm, như quên rót sữa cho con lúc ăn sáng, đó là cách khuyến khích con tỏ ý, biết nhắc bạn, còn trẻ học được rằng phải nói mới có được vật.

### • Day chỉ tay.

Nhiều trẻ tự kỷ không chỉ tay, không dùng cách này để liên lạc; nhưng bạn có thể dạy trẻ một cách máy móc để việc liên lạc được hiệu quả hơn. Trước tiên dạy con chỉ vào vật mà em có thể chạm vào, như lấy cuốn sách và chỉ tay bạn vào đó, làm như vậy mỗi lần bạn đọc sách và giúp con bắt chước cử chỉ của bạn. Kế đó bắt qua những vật khác như ly, con gấu, mà chạm vào vật thay vì đứng xa chỉ tay. Mục đích của bạn là cho con từ từ hiểu có một đường vô hình giữa đầu ngón tay và vật để cập tới. Dần dần bạn đi cách xa vật, hay bế con cho chỉ tay đụng vào vật rồi lần sau thì đứng xa hơn.

Vài gợi ý:

— Tạo cơ hội cho con nói như hỏi chuyện khi con đi học về, hỏi về những sở thích của con, cho con hay mình sắp làm gì hay đang nghĩ gì, thay đổi chữ dùng cho hợp với trình độ của con. Bạn có thể nói bất cứ chuyện gì, lúc nào, như đang nấu cơm thì nói về chuyện nấu cơm:

- Mình đang gạo đổ vô nồi, bây giờ đem đi vo. Xem nè, gạo, gạo .v.v

và khuyến khích con nói theo bạn. Cách này sẽ giúp con biết về ngôn ngữ một cách thực tế và có ý nghĩa.

### — Học thuộc lòng.

Trẻ tự kỷ thường không tự động nói lời xã giao như mọi người biết, thế nên có khi bạn phải giúp em những câu đối đáp thông thường, khi nào nói và nói cái gì, như 'Hello', 'Bye'.

### — Chỉ dẫn rõ ràng.

Hãy nói thẳng vào đề, đơn giản, rõ ràng vì trẻ theo sát nghĩa đen. Bà mẹ bảo con đi rửa tay, bảo dùng nhiều xà phòng; lát sau trẻ bước ra tay đầy bọt xà bông, vì mẹ không nói chà xà bông rồi thì rửa tay và lau khô. Với trẻ AS ăn nói trôi chảy, đôi khi người lớn không nhận ra là mức hiểu biết của em không tương xứng với khả năng cao về nói, khi câu nói có ẩn ý và trẻ không hoàn tất việc làm như lời yêu cầu. Thầy cô có thể bực bội nếu không biết là em có tật và hiểu lầm thái độ hay câu trả lời của em là chống báng, cứng đầu. Nếu thầy nói:

- Phá quá thì phải về nhà, không được ở lớp.

Thì em có thể bước ra cửa đi về làm thầy kinh ngạc. Tật hay thấy nơi trẻ AS, tốt hơn cha mẹ nên ngăn ngừa trước

bằng cách nói chuyện với thầy cô vào đầu niên học, giải thích rõ tình trạng của con và nếu cần thì đưa tài liệu về chúng này cho thầy cô đọc.

### — Dùng video.

Bạn có thể đóng kịch (role play) với con về cách xử sự trong một số trường hợp như cách chào hỏi thông thường, đi lạc cần giúp đỡ, trò chuyện trong buổi tiệc, biết thay phiên chờ đợi tới lượt mình và quay video cảnh đối đáp. Sau đó chiếu lại, giải thích cách xử sự nào hay nhất và cách nào không thích hợp, tỏ ra hài lòng với cố gắng của con và khích lệ trẻ.

## KẾT BẠN

Trẻ tự kỷ không kết bạn theo lối bình thường mà nhiều em không quan tâm với việc có bạn, khi có thì không tìm cách vun trồng tình thân. Trẻ AS nếu có bạn thì thường là vì chung sở thích như thích tem thư, xe lửa, hỏa tiễn hơn là bạn theo nghĩa tương giao thân thiết, trao đổi tình cảm. Em có thể muốn có bạn nhưng không hiểu tại sao phải chú ý đến nhu cầu của bạn và vì thế không duy trì được tình thân.

Một điều cần chú ý là trẻ dễ bị hại, bị lợi dụng khi có tương tác với người không tốt. Nếu muốn có bạn em sẽ chịu theo đòi hỏi hay gợi ý của họ để làm bạn vui lòng, em tin lời khi họ nói:

- Nếu mày là bạn tao mày phải ném đá vào cửa hàng góc phố,' hay làm chuyện gì khác:

- Mày xô thùng táo ở tiệm rồi mày được chơi với bọn tao. Bởi không đoán được ý người em không biết đó là ý xấu. Nó cho thấy điều quan trọng là cha mẹ phải có luật rõ ràng cho con và phòng hờ chuyện có thể xảy ra. Chẳng hạn có cha mẹ ra luật:

- Con không làm bất cứ chuyện gì bạn con kêu làm trước khi cho thầy hay.

Nhờ vậy trẻ được bình an ở trường. Thí dụ khác cho thấy tật hiểu nghĩa đen, không đoán ra ý người khác dễ dàng khiến trẻ gặp rắc rối:

Kurt được xúi cọt xe lăn của một học sinh khác vào hàng rào, vì một băng nam sinh ở trường nói làm vậy sẽ cho em nhập bọn. Em bị đuổi học một tuần vì lỗi này, cha mẹ và thầy cô tìm cách giải thích cho em hiểu lỗi nặng ra sao, cũng như nó làm học sinh dùng xe lăn sợ hãi như thế nào. Ngày đầu tiên đi học trở lại, nhóm trẻ trên xúi giục em dùng chữ không hay với trẻ ngồi xe lăn. Kurt rất hoang mang không hiểu gì khi em bị đuổi học nữa, còn thầy cô tức giận với em, nghĩ rằng em không rút được kinh nghiệm gì từ lần phạt trước. Về phần Kurt em chỉ thấy lần này em đâu có phạm luật 'Không cọt xe lăn người khác'.

Con có thể không quan tâm đến việc có bạn nhưng nếu bạn