

## Cách Thức Làm Giảm việc Bắt Nạt Trẻ Nhỏ có Hội Chứng Asperger

**Tony Attwood**

The Asperger's Syndrome Clinic, Brisbane.

*Việc bắt nạt có thể khởi sự trong những năm đầu đi học của trẻ, và bài viết này trước tiên giải thích đặc điểm rõ rệt của hành vi và khả năng của trẻ nhỏ có hội chứng Asperger (AS), và tại sao trẻ có thể dễ bị hại hơn bạn cùng trang lứa, để thành mục tiêu cho việc bắt nạt. Tiếp đó bài mô tả một loạt nhiều cách thức soạn để giảm số lần xảy ra, và hệ quả của việc bắt nạt trẻ nhỏ có AS.*

Sáu mươi năm về trước bác sĩ Hans Asperger mô tả một dạng thức những khả năng và hành vi của trẻ nhỏ mà ông gọi là có tính tự kỷ (Aperger, 1944), nhưng phải tới năm 1981, một năm sau khi ông qua đời, bác sĩ Lorna Wing mới dùng danh từ hội chứng Asperger (AS), lấy theo tên của ông (Wing, 1981) để mô tả trẻ có trí tuệ bình thường nhưng khả năng và hành vi lại giống với điều ta hiểu về chứng tự kỷ. Quan niệm trệ nhất vào lúc này cho rằng hội chứng Asperger không phải là một bệnh thực sự khác với chứng tự kỷ, mà là một nhánh của tự kỷ thuộc loại nhẹ hơn. (Frith, 2004). Những tiêu chuẩn định bệnh AS hiện vẫn đang được soạn và lượng xét, nhưng các đặc tính sau đây dựa trên tiêu chuẩn định bệnh trong tài liệu DSM IV-TR (American Psychiatric Association, 2000), hai bài duyệt xét mới đây về tài liệu nghiên cứu (Frith, 2004; Volkmar et al., 2004) và kinh nghiệm trị bệnh (Attwood, 1998).

Trẻ có khiếm khuyết về tính chất trong việc tương tác xã giao với những đặc điểm sau:

- Không phát triển được tình bạn thích hợp với mức phát triển của em.
- Khiếm khuyết trong việc dùng hành vi không lời như ánh mắt, biểu lộ của nét mặt và ngôn ngữ của thân hình để ảnh hưởng việc tương tác xã giao;
- Thiếu sự hồi đáp về giao tiếp và tình cảm và sự thông cảm;
- Khiếm khuyết khả năng trong việc nhận ra ẩn ý lúc giao tiếp và qui ước trong xã hội.

Nó cũng có khiếm khuyết tế nhị trong kỹ năng liên lạc tổ ý, theo nghĩa những trẻ này có nói trôi chảy nhưng gặp khó khăn về kỹ năng trò chuyện, có khuynh hướng cư xử trịnh trọng, đôi khi có cách nói lạ lùng và khuynh hướng hiểu theo nghĩa đen lời của bạn đồng lứa và người lớn. Trẻ nhỏ AS thường có sự chú tâm khác thường trong cách chơi, và rất dỗi lo lắng nếu có thay đổi trong thông lệ của đời sống hằng ngày. Tuy trong tiêu chuẩn chính thức để định bệnh không có ghi, nhưng có lẽ em có dấu hiệu cử động vụng về (Green, et al., 2002) và nhạy cảm về thính giác và xúc giác (Smith-Myles et al., 2000). Cũng có thể em có vấn đề về khả năng thực thi hay khả năng lập kế hoạch, tổ chức và theo dõi sự thực hiện của chính mình (Eisenmajer et al, 1996; Nyden et al., 1999; Oxonoff, South & Miller, 2000; Pennington & Ozonoff, 1996).

Chính sách của chính phủ là khuyến khích việc hội nhập trẻ AS với bạn đồng tuổi ở trường, tuy nhiên có nguy cơ rõ rệt đi kèm với việc hội nhập tức chuyện dễ xảy ra là trẻ AS bị bắt nạt. Chẳng những cha mẹ và chuyên viên nhận thấy các tính chất và kỹ năng khác thường của trẻ về mặt giao

tiếp, mà bạn đồng trang lứa cũng biết rõ điều ấy.

Nghiên cứu và những bài duyệt xét tài liệu về bắt nạt trẻ nhỏ nói rằng mức độ và cường độ của việc bắt nạt thấy cao nhất trong khoảng từ tám và 14 tuổi (Nansel et al., 1998; Olweus, 1993; Pepler & Craig, 1999; Rigby, 1996). Dầu vậy, liên hệ giữa kẻ bắt nạt và nạn nhân bắt đầu lộ ra ở tuổi đi nhà trẻ (Vermande et al., 2000). Bài này sẽ chú trọng vào các lý do trẻ AS bị bắt nạt ở những năm mẫu giáo, và về những phương thức có thể áp dụng từ nhỏ trở đi để tìm cách ngăn chặn vài hệ quả dài hạn của việc bắt nạt, những điều có thể cho ảnh hưởng đáng kể lâu dài về tâm lý nơi trẻ bình thường (Hay, Payne & Chadwick, 2004), và chắc chắn cũng tác động nơi trẻ nhỏ có hội chứng Asperger.

## **Bắt nạt là gì ?**

Nếu ta yêu cầu một nhóm bạn bè, bạn đồng nghiệp và trẻ con được chọn ngẫu nhiên, định nghĩa chuyện bắt nạt, thì định nghĩa cho thay đổi rất đáng kể. Thí dụ về bắt nạt của người này có thể là chuyện giải trí với người kia. Điều quan trọng là có một định nghĩa giống nhau không thay đổi, không phải chỉ cho việc nghiên cứu mà cũng là để bảo đảm có sự giống nhau trong chính sách và phương thức ở trường. Rõ ràng việc bắt nạt gồm có sự bất quân bằng về quyền lực, có ý gây hại (thể chất hoặc tinh cảm), và có mục tiêu bị đau khổ. Tác giả Gray (2004) duyệt xét tài liệu về sự bắt nạt trẻ nhỏ và dùng sự hiểu biết sâu rộng của cô về trẻ tự kỷ và trẻ AS, để định nghĩa bắt nạt như là hành động lặp lại nhiều lần có tính tiêu cực (có thể đi kèm với chủ ý tiêu cực) nhằm về cá nhân bị chọn, theo với thời gian chuyện biến thành một sự việc duy nhất bị thiếu quân bình về mặt quyền lực (thể chất, ngôn ngữ, xã hội và/hoặc tinh cảm) trong vòng giao tiếp.

Có sự thay đổi về tính chất của việc bắt nạt lúc nhỏ, với sự hung hăng hướng tới bạn đồng lứa cùng phái tính là hình thức bắt nạt nổi bật nơi trẻ từ bốn tới chín tuổi, sang việc bắt nạt bằng lời và tinh cảm, nhất là giữa con gái với nhau, trong những năm trung học (Hay, Payne & Chadwick, 2004). Có vài chỗ trong trường mà chuyện bắt nạt xảy ra thường hơn, nhất là ở hành lang, khi ở trên xe đưa rước đến trường, hoặc đi từ nhà đến trường và về nhà, trong giờ thể dục, và tại những chỗ mà ít bị người lớn khám phá. Bắt nạt cũng có thể gây ra ở gần nhà của trẻ do trẻ con hàng xóm, bạn của gia đình và thân nhân. Bắt nạt thường xảy ra với bạn cùng trang lứa dự khán hoặc người qua đường, và có thể có nhiều hình thức. Cái thường nhất là sự thách đố và hăm dọa bằng lời hoặc thể chất, gây thương tích và phá hoại tài sản cá nhân, và cử chỉ hoặc lời phê bình sỉ nhục.

Có nhiều loại bắt nạt có lẽ tệ hơn nhưng cũng cho kết quả tàn phá y vậy. Ai đó có thể lấy cắp đồ vật của trẻ và chòng gheo em khi em tìm cách lấy lại, hoặc dự vào việc nói hành ác độc, dùng lời lẽ hạ nhục hoặc cử chỉ thô tục. Hình thức bắt nạt khác là hùa nhau gạt bỏ hoặc không chơi với em, như vào giờ ăn không cho em vào cùng nhóm, hỏi không được trả lời, cố tình được chọn cuối cùng trong trò chơi hoặc trong toán, hoặc không được mời dự buổi họp mặt xã giao. Rồi cũng có hình thức bắt nạt mà trẻ gặp phải nhưng là do người lớn làm, nó có thể là khi thân nhân hoặc bạn của gia đình thích chọc phá hoặc gây trò đùa, mà cũng có thể là khi thầy cô bắt nạt trong lớp. Định nghĩa bắt nạt được xác nhận khi thầy cô dùng vị thế quyền uy của mình để chế nhạo và làm nhục một trẻ nhỏ, trả lời mỉa mai hoặc chỉ trích và trừng phạt quá đáng, hoặc dùng sự biểu lộ của nét mặt cho thấy có ý chê bai, hoặc phản ánh việc không chấp nhận (thí dụ như cái nhìn muốn nói với lớp rằng 'Thầy/cô cũng nghĩ là em đó ngây ngô'). Những hành động như vậy có thể làm gương về hành vi, và tỏ ý chấp thuận hành động tương tự giữa bạn trong lớp và trẻ nào là mục tiêu của hành động, hay sự bắt nạt của người lớn.

Vài hình thức bắt nạt tương đối hiếm trong trường nói chung, nhưng kinh nghiệm chữa trị gợi

ý là chúng có thể thường thấy hơn khi mục tiêu hay đối tượng của việc bắt nạt là trẻ nhỏ AS. Trẻ như vậy thường khi ngây thơ về mặt giao tiếp, dễ tin và hăng hái muốn là một phần trong nhóm. Trẻ khác có thể gợi một ý không thích hợp về mặt xã hội hoặc kỳ lạ, và bởi do bản chất của chứng AS, em bị nhầm tới không nhận ra ý nghĩa trong xã hội, trường hợp riêng, ẩn ý và hậu quả. Thí dụ có em gái AS học ở trường Công giáo nghiêm khắc. Một học sinh khác xúi em giơ tay trong lớp và hỏi cô giáo là nữ tu rất sùng đạo một câu hỏi hết sức thô tục và không hợp chút nào. Không hề biết ý nghĩa của sự xúi giục này và cũng không biết là mình bị gài bẫy, em hỏi câu hỏi. Trùng phạ xảy ra là em bị đuổi học.

Hành động bắt nạt khác là chòng ghẹo trẻ có AS (mà xem chắc là thầy cô không khám phá ra việc trêu ghẹo này), và có lợi do đáp ứng của đối tượng. Trẻ AS có thể đáp ứng liền khi bị bắt nạt, không suy nghĩ tới hậu quả cho mình. Những trẻ nhỏ khác trong cùng tình trạng sẽ nghĩ tới việc hoãn lại đáp ứng của mình để không bị 'bắt tại chỗ', hoặc sẽ nhìn ra cách đáp ứng thích hợp với tình trạng. Tuy nhiên trẻ AS có thể là mục tiêu của hành động che dấu của việc bắt nạt, và khi em phản ứng với sự giận dữ, có thể gây hư hại hoặc thương tích, kể khơi chuyện mà che dấu lại có vẻ như là nạn nhân vô tội, và được người lớn trông coi ở đó đền bù cho em. Khi tôi xem xét những chi tiết về nhiều lần phá rối lớp do một em nhỏ có AS gây nên, một bạn học nói rằng các em thúc đẩy cho trẻ này nổi xung để thầy giáo bận rộn với việc dẫn em lên phòng hiệu trưởng phạt, và nhờ vậy các em không phải làm bài kiểm.

Sự ngây thơ về mặt giao tiếp của trẻ AS có thể dẫn tới hình thức bắt nạt khác thường, được tác giả Gray (2004) mô tả như là bắt nạt hai lần. Thí dụ được Luke Jackson (2002), một trẻ có AS, đưa ra như sau. Em tả là một trẻ đi lại gần em tỏ vẻ thân thiện và chuyện trò, trong khi trẻ khác đồng mưu với trẻ này bò tới đằng sau Luke. Khi đó trẻ đứng phía trước đẩy Luke làm em té ngửa ra sau lên trẻ đồng mưu, do đó không thể chống tay để ngăn khỏi bị chạm đất; rốt cuộc em đập đầu vào xi măng và bất tỉnh.

### **Tại sao trẻ có AS lại dễ là mục tiêu ?**

Nghiên cứu về những trẻ bình thường gợi ý rằng có mục tiêu thụ động và khởi động cho việc bắt nạt (Voors, 2000). Mục tiêu thụ động thường là trẻ yếu sức hơn về thể chất, lộ ra dấu hiệu lo lắng, thiếu tự tin và thiếu an tâm thấy rõ. Em nhút nhát, có khuynh hướng chơi một mình và tuy học khá, lại không giỏi về thể thao hoặc có đồng bè bạn. Em cũng tỏ ra thụ động về mặt đáp ứng với chuyện bắt nạt; dễ bằng lòng chịu mất tiền, thức ăn hoặc vật sở hữu và ít khi giận dữ trả đũa hoặc được chúng bạn hỗ trợ.

Mục tiêu khởi động của việc bắt nạt cũng khó có kỹ năng kết bạn, và ngược lại với mục tiêu thụ động, vài nét về kỹ năng giao tiếp và sự khôn ngoan của em bị cả người lớn và bạn đồng lứa xem là đáng bực và chọc giận. Em có thể không biết cách nhập vào một nhóm trẻ, dùng hành vi không thích hợp như là vật lộn, muốn được chú ý, khồng chế, và không biết khi nào nên ngưng. Đáp ứng của những trẻ khác có thể là 'Nó đáng bị vậy', hoặc 'Chỉ có cách đó mới ngưng được nó'. Đặc tính của trẻ bình thường mà là mục tiêu khởi động cũng áp dụng được cho vài trẻ nhỏ có AS.

Như thế, do đặc tính của hành vi và khả năng của trẻ AS, chúng có thể bị xem là mục tiêu bị bắt nạt thường hơn là bạn cùng trang lứa. Một cuộc nghiên cứu gần đây về mức độ nhiều ít và thường gặp ra sao của việc bắt nạt với hơn 400 em có AS, trong khoảng tuổi từ 4 đến 17 tuổi, thấy rằng mức báo cáo về bắt nạt cao ít nhất gấp bốn lần so với trẻ bình thường (Little, 2002). Hơn 90% mẹ những trẻ có AS là người điền đơn thăm dò này, nói rằng con của họ là mục tiêu của hình thức bắt nạt này hay kia trong năm trước. Cách bắt nạt khác với cách thấy ở trẻ bình thường, với việc

tránh né xảy ra cao hơn dự tính, và trong tuổi thiếu niên, 1 trong 10 trẻ AS là nạn nhân của việc bị nhóm đồng lứa tấn công. Hình thức bắt nạt khác được nêu ra trong cuộc thăm dò mà xảy ra ở mức cao hơn nơi những trẻ đồng lứa, là bị tấn công vào hạ bộ của con trai mà không có ý về tình dục. Tuy nhiên, cuộc nghiên cứu này của tác giả Little có thể là ước lượng dè dặt về việc bắt nạt, vì đối tượng có thể ngần ngại không kể cho cha mẹ hay về chuyện bắt nạt (Hay, Payne & Chadwick, 2004).

Một lý do khác khiến trẻ AS dễ là mục tiêu hơn cho việc bắt nạt là sự kiện em thường chú ý tìm nơi vắng vẻ ở sân chơi. Em có thể xử sự tương đối khá với những đòi hỏi về cách tiếp xúc trong lớp, nhưng kỹ năng giao tiếp của em có được là do óc thông minh hơn là do trực giác. Khi tan lớp thì trí não em kiệt quệ, em lại bị kiệt lực thêm do việc phải duy trì việc kềm chế tình cảm và đối phó với thay đổi trong thông lệ của lớp và những mặt về cảm quan, như tiếng ồn trong lớp và sân chơi. Cách tái tạo năng lực trí óc của em và có ổn định về tình cảm là sự yên tĩnh lặng lẽ, ngược lại với những trẻ bình thường khác mà việc tái tạo tình cảm ở sân chơi là ồn ào, tích cực và giao tiếp với nhau. Chuyện không may là việc thui thủi một mình là một trong những nét chính của mục tiêu để bị bắt nạt.

Trẻ AS cũng dễ là mục tiêu vì em bị những trẻ khác xem là ngây thơ, dễ tin, lạ đời, có vai trò thấp kém, địa vị xã hội thấp và có ít bạn. Khi tôi thảo luận chuyện bắt nạt với một em có AS, em nói rằng mình có bạn ở trường nhưng trẻ này không thể bày tỏ tình bạn và hỗ trợ em, vì nếu làm vậy, trẻ cũng sẽ trở thành mục tiêu bị bắt nạt.

Kinh nghiệm chữa trị gợi ý rằng trẻ AS có thể thấy khó mà hiểu được đặc tính của người khác, có nghĩa khả năng nhìn ra cá tính và khả năng của bạn cùng lứa. Trẻ AS rất nhỏ không phân biệt được người 'tốt' với người 'xấu'. Những trẻ khác do linh tính sẽ biết ngay trẻ nào nên tránh, và ai có thể tin được. Bởi trẻ AS không có khả năng nhận diện và có 'báo động' này, em có thể không tránh được những trẻ hay trêu chọc và bắt nạt.

### **Ai dễ đi bắt nạt ?**

Chúng ta biết rằng khoảng 5% trẻ đi bắt nạt, với khoảng 10% trẻ là mục tiêu (Nansel et al., 1998). Những ai bắt nạt người khác có thể rất khéo léo trong việc nhìn ra điểm yếu có thể có, hoặc điểm nào nhạy cảm của mục tiêu, nhưng tại sao chúng lại chọn hành vi như thế ? Chúng tôi có xác định được một số lý do tại sao một trẻ có thể đi bắt nạt. Khi một nhóm trẻ được hỏi tại sao, lý do của chúng gồm: để cảm thấy khá hơn, làm người khác sợ, có nhiều thế lực và kiểm soát, có tiếng và có được điều chúng muốn (Gray, 2004). Nghiên cứu gợi ý là những kẻ như vậy cần phải làm chủ, không có thông cảm cho mục tiêu và có khuynh hướng chống đối giới thẩm quyền.

### **Dấu hiệu bị bắt nạt**

Trẻ AS có nhiều vấn đề về việc báo cho người khác hay mình là mục tiêu bị bắt nạt, em không hiểu được trí người, tức là so với bạn cùng lứa thì em khó mà xác định được tư tưởng và ý định của người khác (Attwood, 2004; Baron-Cohen, 1995). Em có thể không do trực giác đoán được hành động của trẻ khác là bắt nạt. Đôi khi em có thể xem hành vi như vậy là cách chơi bình thường, và là chuyện em phải chấp nhận như là hành vi khó hiểu khác của bạn bè.

Những trẻ khác có thể có lợi hơn do việc quen kể cho ai khác nghe những vấn đề thực tế, giao tiếp và tình cảm. Trẻ AS có khuynh hướng tự giải quyết các vấn đề xã hội và học vấn, và chúng

không tự động xem việc nhờ người khác giúp và chỉ dẫn như là giải pháp cho chuyện bị bắt nạt. Cách suy nghĩ của chúng có thể xem là 'một chiều', tương đối thiếu sự uyển chuyển của tri thức để xem xét những đáp ứng khác. Trẻ có chứng AS khó mà thổ lộ và muốn có lời khuyên hay giúp đỡ của bạn bè hoặc người lớn.

Người lớn có thể biết được việc trẻ bị bắt nạt bằng cách dùng những chứng cứ khác thay vì được trẻ nói cho hay. Có thể có dấu hiệu về vật chất như là vật sở hữu bị mất hoặc bị làm hư, quần áo rách, và chứng cứ về y khoa như vết bầm hay thương tích. Có thể có dấu hiệu tâm lý như là bị lo lắng nhiều hơn – ảnh hưởng tới hệ tiêu hóa sinh ra đau bụng và những tình trạng khác liên quan đến sự căng thẳng – cũng như bị khó ngủ, ngần ngại không muốn đi học và tránh một số chỗ nào đó. Tôi cũng ghi nhận rằng trẻ AS, đôi khi nhỏ có sáu tuổi, được giới thiệu đi chữa bệnh trầm cảm, và những trẻ như vậy thường hay bị bắt nạt, là một trong những yếu tố chính gây ra chứng trầm cảm nơi trẻ con.

Cũng vậy, trẻ nhỏ có AS có thể đáp ứng hung bạo khi bị bắt nạt, gây ra vấn đề cần học cách đối phó với sự giận dữ nói chung. Tôi có xác định được các dấu hiệu khác của trẻ bị bắt nạt. Có thể có sự thay đổi trong sở thích đặc biệt của chúng, như từ đề tài tương đối hiền lành là xe cộ và côn trùng sang sự ưa thích vũ khí, võ thuật và phim hung bạo. Tranh vẽ của em cũng biểu lộ sự bạo hành, trả thù và trả đũa. Trẻ nhỏ có AS cũng có thể bắt chước hành động của trẻ đã bắt nạt em, khi chơi với em nhỏ hơn trong nhà. Tuy nhiên, em có thể không ý thức rằng hành vi như thế là không thể chấp nhận được; em chỉ bắt chước hành vi đã thấy khi tương tác với bạn bè.

### **Ảnh hưởng của việc bắt nạt đối với trẻ AS**

Trẻ bị bắt nạt có nhiều nguy cơ hơn về thiếu lòng tự tin, lo lắng và trầm cảm tăng lên, học kém hơn và bị cô lập về mặt xã hội nhiều hơn (Hodges, Malone & Perry, 1997; Ladd & Ladd, 1998; Olweus, 1992; Slee, 1995). Hậu quả tâm lý của việc bị bắt nạt nơi người bình thường có thể kéo dài đến hơn 10 năm (Olweus, 1992). Trẻ AS dễ bị những hậu quả này hơn do em có ít cách đối phó, thành ra hệ quả tâm lý dễ kéo dài lâu hơn. Tuy nhiên, các em còn có thể gặp phải những ảnh hưởng khác.

Đôi khi việc chơi đùa của những trẻ khác gồm có chọc phá và đụng chạm khó chịu nhưng chủ ý có sự thân thiện. Trẻ nhỏ có thể giả đánh nhau và chọc phá với ý chính là chung vui. Khi cả hai phe cùng vui vẻ với việc chơi đùa thì nó không phải là bắt nạt, nhưng trẻ AS sẽ khó thể phân biệt hành động thân thiện như vậy với việc bị bắt nạt. Những trẻ khác chẳng bao lâu có thể do dự, không muốn tương tác với trẻ nào tin ngay rằng chuyện có ác ý. Hành động bất ngờ như đâm sầm vào trẻ AS do bị gạch vướng chân, có thể bị trẻ nhỏ có AS xem là cố ý gây hại. Những trẻ khác có thể nhận ra là hành động ấy không tránh được, bản tính của trẻ tay chân quờ quạng ấy được coi không phải là hành động có ác ý, và sự hối hận rõ ràng cùng lời xin lỗi của em được xem là dấu hiệu không có ý xấu. Có thể trẻ AS không tự động thấy những dấu hiệu này, và phản ứng của em có thể là trả đũa về thể chất, hoặc đi báo là có bắt nạt – 'Em té đau, vậy là nó cố ý'.

Nếu bị bắt nạt được xem là kinh nghiệm đau khổ thì ta có thể cho là trẻ sau đó sẽ tránh tình trạng ấy, nhưng trẻ AS không phải lúc nào cũng phản ứng như vậy. Trong quyển tự thuật của cô, Gunilla Gerland tại Thụy Điển, giải thích một hiện tượng bất thường nhưng lại tiêu biểu cho một số trẻ AS.

*Trong sân chơi có nhiều nam sinh to lớn hơn tôi. Lần kia vào giờ chơi, vài kẻ đến nói với tôi là chúng sẽ đánh tôi. 'Tại tôi sẽ đánh bạn mỗi ngày một lần', chúng bảo thế.*

*Tôi nghĩ đó là luật kỳ lạ nhưng cũng bằng lòng. Trường học có đầy những việc mà tôi*

*không hiểu, và tôi đành phải thuận theo mọi chuyện. Bọn con trai bảo tôi đi với chúng vào nhà vệ sinh ở tầng hầm, từ sân chơi đi thẳng xuống. Ở đó, tôi bị một đấm vào bụng, ngày nào cũng vậy, tuy thường chỉ bị một lần. Có lẽ đánh tôi chẳng có gì vui vì tôi chịu đau rất giỏi, mà ngay cả khi thấy đau tôi cũng không hề lộ ra cho biết. Tôi không biết mình có thể làm gì được trong cảnh này. Chúng đánh tôi mỗi ngày cho đến khi đột nhiên có ai đó mách với cô giáo. Tôi không thích như thế. Cô chẳng có liên can gì đến tôi và tôi nghĩ làm vậy là hạ nhục tôi. Bây giờ thấy rõ là tôi đã bị lừa về một mặt nào đó nên tôi cảm thấy mình thật là khờ khạo. Không phải có ngày tôi đã đi tìm bọn chúng sao, vì nghĩ rằng chúng đã quên đánh tôi ? Hối đó tôi nghĩ mình phải làm vậy.*

(Gerland 1996, p. 92).

Theo kinh nghiệm chữa trị của tôi, lời nói hay được dùng nhất như là cách bắt nạt hoặc lạm dụng bằng lời khi mục tiêu là trẻ AS là 'ngu ngốc', 'bị tâm thần' và 'đồng tính luyến ái'. Những lời chê bai này có thể nghe trong cách trẻ dưới tám tuổi tương tác với nhau. Trẻ AS xem khả năng trí tuệ như là một trong các ưu điểm của chúng, điều có thể xem như là một hình thức tốt đẹp để bù đắp cho việc thiếu lòng tự tin nếu chúng không thành công trong khi giao tiếp. Bị gọi là 'ngu ngốc' là lời nhục mạ và dễ gây đau khổ lớn lao.

Lời chọc ghẹo 'bị tâm thần' cũng có thể xem là lời nhục mạ đầy ý nghĩa. Về sau, lời chê bai đặc biệt này có thể làm trẻ lớn hơn đặt câu hỏi về sự lành mạnh tâm trí của mình, nhất là khi chúng phải gặp bác sĩ tâm thần và chuyên gia tâm lý và phải uống thuốc. Ảnh hưởng lâu dài của nó đối với lòng tự tin có thể rất sâu đậm. Chuyện không may là trong trường học hiện nay, chữ 'đồng tính luyến ái' bị xem là lời sỉ nhục. Vài trẻ AS có thể cho rằng lời này có thể đúng thực, nhất là khi mấy trẻ khác hay lặp lại nó, và rằng em có thể là người đồng tính luyến ái. Như vậy, một số lời chê bai độc ác có thể có hệ quả dài suốt đời cho trẻ AS.

Đôi khi việc bị bắt nạt tới mức độ và cường độ nào đó hóa nghiêm trọng tới nỗi trẻ AS cảm thấy đi học là như bước vào chiến địa. Tôi biết một người lớn có AS bị trưng binh năm 19 tuổi, và đã tham chiến ở Việt Nam; anh nói sân trường còn tệ hơn việc lâm chiến trong rừng sâu, vì ít nhất trong quân đội Úc anh có bạn đồng đội, được huấn luyện để tự vệ, và có hỗ trợ chiến thuật. Là mục tiêu cho những hành động bắt nạt thái quá lúc nhỏ, có thể dẫn tới dấu hiệu hay gặp về bệnh tâm thần Post Traumatic Stress – bị căng thẳng sau biến cố.

Tôi thảo luận việc bị bắt nạt lúc nhỏ với người lớn có AS và họ thấy rất khó hiểu tại sao mình thường là mục tiêu bị như vậy, hoặc động cơ của những trẻ chọc phá họ. Cách chính của họ để hiểu 'tại sao?' là ôn lại biến cố trong đầu. Nó có thể là kinh nghiệm hằng ngày, cho dù sự việc đã qua mấy chục năm về trước. Khi trí óc nhớ về chuyện xưa thì tình cảm cũng sống trở lại. Người lớn AS có thể cần được chữa trị tâm thần đáng kể để qua được khủng hoảng sâu xa và bám chặt, sinh ra do bị là mục tiêu cho việc bắt nạt kéo dài thường hay bắt đầu từ lúc nhỏ. Họ không thể dễ dàng tha thứ và quên đi cho tới khi nào hiểu được tại sao.

### **Cách thức làm giảm số lần bắt nạt xảy ra.**

Để làm giảm mức độ nhiều ít của việc bắt nạt, điều thiết yếu là toán làm việc chung, gồm có trẻ bị bắt nạt, nhân viên trường, thầy cô, chuyên viên về tuổi thơ, cha mẹ, chuyên gia tâm lý, các trẻ khác và trẻ bắt nạt (Gray, 2004; Heinrichs, 2003; Olweus, 1993). Có lẽ điểm khởi đầu là xem xét và thay đổi nếu cần, chính sách đang áp dụng, và sự hiểu biết cùng thái độ của người lớn giám thị trẻ nhỏ tại nơi học hay phòng học, hoặc khi chơi với các bạn đồng lứa.

Điều chủ yếu là vườn trẻ và trường soạn và áp dụng một bản nội qui định nghĩa rõ ràng việc

bắt nạt và cách ngăn chặn nó. Định nghĩa phải rộng và không giới hạn vào hành động hăm dọa và gây thương tích. Cần phải có việc giáo dục nhân viên – có sự ủng hộ và nhất quán giữa nhân viên với nhau là điều cần yếu để xác định hành động nào là bắt nạt, và hậu quả đúng đắn là gì. Giai đoạn đầu tiên trong chương trình làm giảm bắt nạt là chương trình huấn luyện nhân viên. Nhân viên cần được huấn luyện về cách giám thị những tình trạng mà bắt nạt dễ xảy ra, và cách đáp ứng với hành động bắt nạt, đưa ra hậu quả và sự khích lệ thích đáng.

Ý niệm về công bằng hết sức quan trọng. Trước khi xem xét mức độ 'có lỗi' hoặc trách nhiệm, ta cần phải có việc thẩm định khách quan và bình tĩnh mọi dữ kiện – làm thám tử vô tư. Không nên xem mức độ thương tật hay thiệt hại như là thước đo duy nhất cho mức độ trách nhiệm và hậu quả. Trẻ AS có thể là mục tiêu của nhiều hành động bắt nạt trong ngày, và cuối cùng đáp trả bằng hành động hung bạo về thể chất, có thể gây sôi động, nhưng đôi khi là cách duy nhất mà trẻ biết để chặn đứng việc bắt nạt như thế.

Nếu trường có đặt ra hậu quả của hành động gây hấn phạm đến thân thể thì trẻ AS phải chịu áp dụng các hậu quả này. Tuy nhiên, quan điểm của tôi là những trẻ nào chọc phá trẻ AS khiến em có sự gây hấn phải bị trừng phạt y hệt. Điều này phù hợp với khái niệm công bằng đồng đều, cái ý niệm nói rằng người ta có trách nhiệm đạo đức về hành động của người khác, và hệ thống công bằng về hình sự cho người lớn.

Tác giả Gray (2004) đề nghị lập ra một bản đồ về nơi mà trẻ sinh hoạt, và xác định những chỗ trẻ dễ bị hoặc an toàn không bị bắt nạt. Khi đó vài chỗ sẽ được nhân viên giám thị, những ai có hiểu biết về cách theo dõi và ngăn ngừa chuyện bắt nạt, và những nơi an toàn hơn được tạo ra. Một trong những vấn đề với chương trình ngăn ngừa mà trên hết thấy dựa vào nhân viên giám thị là hành động bắt nạt thường được che giấu, với chỉ có khoảng 15% chuyện như thế được thầy cô quan sát trong lớp học, và chỉ có 5% thấy ở sân chơi (Pepler & Craig, 1999). Tuy nhiên những trẻ khác thường chứng kiến hành động bắt nạt, và chúng cần được dự vào việc giải quyết chuyện bắt nạt.

Trong nội qui về bắt nạt trong trường và ở mẫu giáo, nên có việc thảo luận ở mức độ thích hợp theo tuổi của trẻ sinh hoạt tại các nơi ấy, và sự đóng góp ý kiến của các em. Nên có việc trò chuyện và họp thường xuyên để duyệt lại nội qui, những trường hợp đặc biệt và cách làm việc. Chương trình có thể gồm thông tin về hậu quả dài hạn cho trẻ nào bắt nạt và cho mục tiêu của việc này. Trẻ nào được biết là bắt nạt trẻ khác cần được nhắc nhở về hậu quả ngắn hạn và sự trừng phạt theo nội qui đã được công nhận, cũng như là hậu quả dài hạn đối với khả năng kết bạn, có được việc làm thành công mai sau, và cho hay về rủi ro có xáo trộn tâm tình và dễ mắc tội phạm hơn. Trẻ thuộc 'đa số thầm lặng', những em không dính líu đến chuyện bắt nạt như là kẻ gây chuyện và là mục tiêu, cần được khuyến khích cứu cả trẻ là mục tiêu và trẻ có hành vi bắt nạt.

Người bàng quan, người mà nói chung thấy khó chịu khi chứng kiến cảnh bắt nạt (Pepler & Crai, 1999) cần có cách thức riêng của họ, và được khuyến khích để làm giảm số lần có chuyện bắt nạt. Cách đáp ứng trước đây của họ có thể là:

- Thấy nhẹ lòng là họ không phải là mục tiêu
- Sợ hãi bất động rằng mình có thể thành mục tiêu nếu can thiệp
- Có cảm giác mơ hồ về trách nhiệm vì thuộc về đa số
- Không biết chắc phải làm gì
- Được khuyên là đừng can thiệp
- Có luật giữ kín miệng và áp lực của bạn đồng lứa là không thuật lại chuyện gì xảy ra.

Đa số thầm lặng cần được khuyến khích và cho quyền hạn để can thiệp. Các em cần được dạy để nói rõ ràng là chuyện gì đang xảy ra là sai, rằng nó phải ngưng ngay, và nếu không ngưng thì nó sẽ được báo cho biết. Làm vậy có nghĩa đứng chính giữa trẻ bắt nạt và mục tiêu. Có những trẻ trong đa số thầm lặng có địa vị xã hội cao, có ý thức mạnh về công bằng xã hội và có sự quả quyết

tự nhiên. Những trẻ này có thể được khuyến khích riêng, và có thể thành công lớn khi can thiệp để ngưng việc bắt nạt. Địa vị xã hội cao của em cũng có thể khuyến khích những trẻ khác biểu lộ sự bất ưng ý của chúng.

Tôi đề nghị rằng một phần trong nội qui cho trẻ chống việc bắt nạt, có sự ban khen cho ai đứng ngoài mà can thiệp tích cực, và trẻ khác có mặt nhưng không tìm cách can thiệp phải nhận hậu quả cho việc không có hành động của em, điều đã gián tiếp cho phép chuyện bắt nạt xảy ra. Cần phải có trách nhiệm nhóm về việc không có hành động thay vì hành động; nói khác đi, có hậu quả cho điều em đã không làm.

Chuyên gia về tuổi thơ có thể khuyến khích hệ thống 'đôi bạn', với bạn là những em thuộc nhóm trẻ có địa vị xã hội cao và có ý thức về công bằng xã hội. Vai trò của chúng là theo dõi tình trạng của trẻ AS, báo cáo riêng về bất cứ chuyện gì, khuyến khích trẻ AS báo cáo sự việc, và cho biết là chuyện không hay và không nên có bắt nạt. Trẻ như thế thường dễ phân biệt hành động thân thiện và không thân thiện, và có mặt ở những cảnh mà người lớn khó theo dõi. Tác giả Holliday Willey (1999) tả trong tự thuật của cô một thí dụ về 'đôi bạn' xảy ra một cách tự nhiên; đây là Craig, bạn mà cô gặp đầu tiên khi mới sáu tuổi:

*Tôi thấy lạ lùng là bạn bè chịu chơi với tôi và chấp nhận những tình tình khác đời của tôi. Nói thiệt thì có thể chúng bạn không chơi nếu không nhờ một bạn rất tốt của tôi là Craig. Anh bạn này rất thông minh, ngộ nghĩnh và rất được mọi người quý mến. Có anh bên cạnh tôi lập tức có địa vị nâng cao ở trong và ngoài nhóm chúng tôi. Anh thành bạn của tôi luôn và qua bao năm anh tựa như là người hộ mạng cho tôi.*

*Anh tỏ sự ủng hộ cho tôi bằng những cách tế nhị và kín đáo, như giữ chỗ cho tôi ở bàn ăn trưa, đi cùng với tôi vào lớp, hoặc tới đón tôi đi dự tiệc.*

*Craig nhảy vào cứu tôi trước khi tôi biết là mình cần được cứu.*

(Holliday Willey, 1999, p. 34).

Mỗi khung cảnh có thể có một trẻ Craig như vậy, vai trò mà đôi khi anh chị em của trẻ AS đảm nhận ở sân chơi. Nếu có bạn thực lòng hay thân nhân cho hỗ trợ như thế, sự bảo hộ đó cần được nhìn nhận và khuyến khích.

Có những phương cách mà trẻ là mục tiêu của việc bắt nạt có thể dùng. Em có thể tìm cách tránh những tình trạng dễ bị hại. Chuyện không may là trẻ AS có thể tìm nơi trú ẩn cô lập về mặt xã hội, nhưng đây có thể là một trong những tình trạng đáng ngại và dễ bị hại nhất. Luke Jackson, một thiếu niên có AS, cho ra lời khuyên (Jackson, 2002):

*Tới một hôm chuyện trở nên quá mức chịu không nổi. Em tìm cách trốn những trẻ chọc phá em bằng cách ở trong phòng thay quần áo – em ước phải chi đã viết cuốn sách này hồi đó, vì hẳn là em sẽ nhận ra rằng đi trốn là chuyện làm tệ nhất. Hai đứa trẻ (tệ hại) này tìm ra em và bắt đầu chọc phá em y như mèo vờn chuột. (p. 137)*

*Bạn đừng vào góc nào yên lặng trong trường lúc ra chơi, mà hãy ở nơi an toàn như thư viện. Em biết nói nghe lạ tai nhưng khi bạn nghĩ là mình đang trốn thì bạn lại rất dễ bị tìm ra và bắt nạt. Trẻ AS khó mà hiểu được người khác nghĩ gì. Chuyện tốt nhất là ở cạnh bạn mình nếu có bạn, hay ít nhất ở nơi mà có nhiều người chung quanh. (p.151)*

Đông người cho sự an toàn, con cá nằm trong đàn cá nhỏ mà cá mập đang lớn vờn chung quanh thì có được sự bảo vệ. Nơi tốt nhất để 'ẩn nấp' là trong một nhóm trẻ, hoặc ít nhất ở gần chúng. Vì vậy điều quan trọng là trẻ AS được mời vào hoặc cho ở gần một nhóm trẻ con khi trẻ bắt nạt tới gần mục tiêu dự tính. Việc chào mời ấy cần là một phần trong nội qui của lớp về chuyện bắt nạt. Những cách khác có thể là tạo sinh hoạt trong lớp có người giám thị trong lúc ra chơi, như là nhóm đánh cờ, hoặc cơ hội cho ai cùng chung sở thích tới gặp ở sân chơi, với thầy cô lập nhóm tiểu khoa học gia mà công tác là ghi dữ kiện thời tiết, hoặc mở cuộc khảo sát cây cỏ và côn trùng



trong giờ ra chơi.

Có những đề nghị về phải làm gì khi là mục tiêu cho chuyện bắt nạt. Khuyến rằng làm ngo lơì trêu chọc và hành động của kẻ bắt nạt thì không giải quyết được. Làm ngo hành động bắt nạt như là cách để ngăn chặn hành vi ấy thì chỉ là huyền thoại mà người lớn không nên tiếp hơi. Trẻ phải có đáp ứng, nhưng em cần nói và làm gì? Lờì khuyến tổng quát là trẻ như vậy cần giữ bình tĩnh, giữ vững lòng tự tin, và đáp ứng một cách mạnh dạn, xây dựng. Giữ bình tĩnh và giữ lòng tự tin là chuyện khó làm cho trẻ AS, nhưng cách tự kỷ ám thị có thể áp dụng cho em có sự tự chủ. Trẻ nào là mục tiêu cần biết rằng em không có lỗi, em không đáng bị lờì phê bình và hành động ấy, và ai cần thay đổi hành vi là những ai có hành động bắt nạt.

Tác giả Gray (2004) đề nghị việc soạn ra một câu đáp giản dị mà đúng, và lúc nào cũng dùng nó. Thí dụ như:

- Tôi không làm gì để phải bị bắt nạt, ngưng nó lại. Và,
- Tôi không thích như vậy, ngưng lại.

Không nên nói láo (thí dụ như nói, 'Tôi không bị sợ đâu'). Nói vậy khó cho trẻ AS vì ta biết em khó mà nói láo hay tranh luận. Một đáp ứng khác cần tránh là trả lờì có vẻ hài hước. Trẻ AS thấy rất khó nghĩ ra chuyện khôi hài trong tình trạng như thế. Nếu trẻ không chắc hành động của người khác là thân thiện hay không, em cần giải thích sự hoang mang và cảm xúc của mình. Một câu đáp có thể là:

- Bạn trêu chọc tôi một cách thân thiện hay không thân thiện? và
- Điều bạn làm / nói làm tôi thấy (hoang mang, tức giận v.v.)

Việc quan trọng là em nói cho biết sẽ báo cáo chuyện bắt nạt. Ta có thể khuyến khích em tìm cách bỏ đi khỏi khung cảnh ấy, tới một người lớn hay một nhóm an toàn những trẻ khác.

Cũng có những phương cách mà tâm lý gia, cố vấn của trường hoặc thầy cô hỗ trợ việc học (learning support teacher) áp dụng được. Giai đoạn đầu là cùng với trẻ tìm hiểu tại sao ai đó lại đi bắt nạt. Trẻ AS không thấy được rõ ý nghĩ và động cơ của người khác, do em thiếu khả năng hiểu được ý người. Trẻ có thể thấy rất rối trí về việc tại sao lại có người lại xấu tính như vậy, tại sao em lại thành mục tiêu, và em phải làm và nghĩ gì.

Tôi đề nghị hai phương cách do tác giả Gray (1998) soạn ra:

- Trò Chuyện Bằng Hình (Comic Strip Conversations), có thể dùng để khám phá và giải thích ý nghĩ và cảm xúc của mỗi ai tham dự trong chuyện; và
- Viết Chuyện (Social Stories) để xác định phải làm gì nếu trường hợp tương tự xảy ra nữa.

Trò Chuyện Bằng Hình gồm có việc vẽ sự việc hoặc hệ quả của sự việc theo hình thức chuyện bằng tranh, vẽ người với tay chân là mấy cái que tượng trưng cho từng nhân vật có can dự, và vòng tròn bong bóng trên đầu mỗi người ghi tư tưởng và lờì nói của họ. Trẻ và thầy cô dùng bút màu với mỗi màu tượng trưng cho một cảm xúc. Khi viết lờì nói và tư tưởng vào mỗi bong bóng, màu mà trẻ chọn cho biết em cảm nhận ra sao về tình cảm chứa đựng hay ngụ ý.

Điều này có thể làm sáng tỏ cách trẻ diễn giải sự việc và lý do cho câu trả lờì của em. Sinh hoạt này cũng có thể giúp trẻ nhận ra và sửa lại sự hiểu lầm nào, và xác định là những đáp ứng khác sẽ ảnh hưởng tư tưởng và cảm xúc của mỗi người trong cuộc ra sao. Khi xác định được những đáp ứng mới, trẻ có lợi do việc có thể tập những câu đáp này bằng cách chơi đổi vai, và do được khuyến khích cho thầy cô hay khi một cách riêng biệt nào tỏ ra hữu hiệu. Trẻ nhỏ AS có thể thích tạo ra tập sách để khoe những câu đáp mới mà thành công, nhất là khi cách xử sự thành công đối với sự việc làm em được khen và được thưởng đúng đắn.

Chuyện quan trọng là xem xét một loạt những đáp ứng hiện đang được trẻ dùng, để tăng cường những phương cách thích hợp và để cùng khám phá những đáp ứng mới. Tôi ghi nhận khi trẻ AS là mục tiêu cho việc bắt nạt, ban đầu em có thể tìm cách làm ngo hành động ấy (phản ứng này ít

khi ngăn được việc bắt nạt khác), và rồi có thể yêu cầu nhiều lần kẻ kia ngưng lại, mà không tỏ dấu hiệu nào là chúng lo lắng càng lúc càng tăng. Đôi khi cách đáp ứng khác duy nhất cho trẻ bị bắt nạt là hành động hung bạo, vì đã nhận là hành động hung bạo có hiệu quả làm chấm dứt hành vi của một ai. Tuy nhiên, trẻ nào bắt nạt nhiều lần có thể không nhận ra dấu hiệu cảnh cáo là đã đi quá xa, nên khi có hành động là giọt nước làm tràn ly nước, em có thể không ngờ đáp ứng lại dữ dội như thế.

Tâm lý gia cũng đặt ra chữ 'bibliotherapy' để tả cách thức cho trẻ bị bắt nạt đọc chuyện hợp với tuổi, theo đó nhân vật chính bị bắt nạt và đáp ứng theo cách đã định để làm gương cho độc giả nhỏ tuổi. Tôi và những chuyên gia khác về chứng Asperger đề nghị chọn lựa cẩn thận bất cứ sách đọc nào liên hệ đến việc bắt nạt, vì vài cách trong sách có thể không phù hợp với quan niệm chung về cách ngăn sự bắt nạt.

Có nhiều chương trình được xuất bản về việc ngăn ngừa sự bắt nạt, và những sinh hoạt trong chương trình có thể dùng cho trẻ nhỏ AS, nhưng có hai chương trình mới cho trường về sự bắt nạt đặc biệt được viết cho trẻ nhỏ AS (Gray, 2004; Heinrichs, 2003). Trong tương lai, cha mẹ hoặc người biện hộ cho trẻ AS có thể yêu cầu trường cho áp dụng các chương trình mới này.

Cha mẹ là thành viên chủ yếu cho cách đáp ứng của toán trong việc làm giảm sự bắt nạt, và họ cần ý thức về chủ trương và những chương trình liên hệ nơi vườn trẻ, và là người tham dự tích cực trong việc khích lệ những cách đáp ứng đặc biệt. Cha mẹ cũng có vai trò trong việc khuyến khích trẻ có sự tự tin, và có thể tiết lộ kinh nghiệm bị bắt nạt và nói với bạn, thầy cô, cha mẹ hoặc người cố vấn. Vài giới chức thẩm quyền về giáo dục cũng đặt 'đường dây trợ giúp' về việc bắt nạt cho học sinh để có lời khuyên và sự hỗ trợ. Cha mẹ có thể cho con đi học lớp võ thuật để biết cách phòng thân, và như là cách ngăn chặn hành động bắt nạt. Tuy nhiên tôi đề nghị lớp võ thuật nên chú tâm vào việc giữ bình tĩnh, cách thoát một số hành động và các thể đặc biệt, hơn là gây thương tích hoặc làm trẻ khác quí. Cha mẹ có thể cũng cần biết là nghiên cứu cho thấy chỉ đổi trường cho con, thì không có hiệu quả gì đối với việc làm giảm rủi ro bị bắt nạt (Olweus, 1993).

### **Những cách thức này có thành công không ?**

Chúng ta biết rằng có thể có tới 50% giảm thiểu trường hợp bắt nạt, khi cách đáp ứng hiệu quả theo toán được áp dụng cho trẻ bình thường (Olweus, 1992). Dầu vậy, ta chưa có dữ kiện nào để biết là chương trình tả ở trên có thể cho kết quả tương tự với trẻ AS, nhưng ta không thể chờ cho tới khi có nghiên cứu. Về mặt thực tiễn và lòng nhân, chuyên gia về tuổi thơ, thầy cô và tâm lý gia phải áp dụng ít nhất vài cách được biết là thành công với trẻ bình thường cho trẻ AS.

Tôi thấy lạ lùng với một số trẻ AS tỏ ra thật gan góc và lạc quan khi bị bắt nạt lâu dài. Có lẽ lời chót cho bài viết này nên dành cho một trẻ AS. Em nói với mẹ:

– Má à, con không thể biết là người ta chọc phá con hay là dễ thương với con, nhưng có ngày sẽ có người thật sự muốn làm bạn với con, và con muốn sẵn sàng làm bạn với họ.



**Australian Government**  
**Department of Education, Employment  
and Workplace Relations**

**peac**  
Partnerships between  
Education and the  
Autism Community

Autism Spectrum Australia (Aspect)  
Autism SA  
Autism Queensland  
Flinders University SA  
[www.positivepartnerships.com.au](http://www.positivepartnerships.com.au)