

Vì họ không hiểu điều họ nghe, phản ứng của người thiên về thị giác là hoặc có tật giống chứng tự kỷ (bịt tai lắc đầu nguầy nguậy, phủ tay), hoặc có trục trặc trong việc liên lạc tổ ý, hoặc có tình cảm khác thường. Chuyện phải làm cho người thiên về thị giác là tập não bộ biết nghe, tức biết xếp đặt đúng cách thông tin mà họ nghe được để hiểu đúng đắn. Người như vậy khi ta cho nghe bằng một hay hai câu và kêu lặp lại thì không làm được. Cô Cheri hỏi sinh viên được trị liệu:

- Anh có nghe câu đó không ?

- Có, nhưng tôi không biết nó nghĩa là gì.

Anh giải thích thêm rằng có lắng nghe kỹ đoạn băng, nhưng không lặp lại được chữ nào. Nhiều người cho là chuyên viên trị liệu đánh lừa họ hay cố ý cho thử nghiệm khó. Dầu vậy sau một năm có trị liệu, họ có tiến bộ khả quan và mức nghe khi trước rất tệ hay cải thiện thành trên trung bình. Chẳng những vậy, quan sát thấy rằng khi người ta suy nghĩ khá hơn bằng lời, hiểu được cái họ nghe thì những vấn đề về tình cảm, hành vi và trục trặc trong việc liên lạc, tổ ý tới phiên chúng được giải quyết.

Có người trước khi được trị liệu thường chỉ có hai tình cảm là hoặc sung sướng hoặc căm giận, giận dữ; cô không biết buồn. Khi có trị liệu được sáu tháng, cô thấy sợ, thấy buồn, và càng nghe khá hơn tức hiểu điều mình nghe thì cô hiểu được cảm xúc rõ hơn, nhận biết mình đang có tình cảm gì. Như vậy tình cảm của họ được cải thiện khi kỹ năng ngôn ngữ và liên lạc tổ ý được cải thiện. Ta chưa biết rõ cơ chế là sao, chỉ ghi nhận điều hiển hiện là họ kinh nghiệm và biểu lộ cảm xúc nhiều hơn.

Hiếu Nghĩa Đen

Trở lại Whitney, một tật khác em có chung với người tự kỷ là nói thật, nói sự thật phũ phàng một cách ngay tình không biết khéo léo sửa đổi. Sau tiểu học em biết nói, nghe cô bạn của chị thổ lộ là có cảm tình với bạn trai cùng lớp và mong được dự buổi khiêu vũ cuối tuần với anh chàng, Whitney phạng ngay một câu tỉnh queo:

- Làm sao anh ta mời chị đi disco được ? Chị mập lù.

Chị của Whitney ngượng quá, thúc cùi chỏ vào Whitney làm em ngậm miệng. Khi cô bạn về rồi, chị Whitney la lối cậu em.

- Em không thể nói vậy được, nói vậy làm buồn lòng chị.

Whitney không hiểu.

- Nhưng anh ta sẽ không mời chị đi disco đâu.

Whitney không hề muốn làm ai phiền lòng, nhưng em không hiểu điều gì làm họ bực bội, tức không hiểu mình đã làm gì khiến cô gái bị tổn thương thế nên gia đình phải tập cho em biết ăn nói tế nhị. Tật khác cũng giống như tự kỷ là Whitney hiểu mọi việc theo nghĩa đen. Một hôm trước giờ đấu túc cầu ở trường, mẹ thấy Whitney sửa hoài như chó. Cả nhà ngạc nhiên, sau trận đấu anh chị xúm vào xài xể em:

- Em làm cái gì kỳ vậy, tại sao lại sửa như chó ?

- Huấn luyện viên kêu làm vậy.

- Kêu sửa như chó ?!

- Thiệt, ông nói 'I want you to be barking and howling like a dog before every game' (Tôi muốn các em sửa và tru như chó trước mỗi trận đấu).

Câu nói có nghĩa muốn cầu thủ la hét để tăng lòng phấn khích, hăng hái trước khi ra trận, như võ sinh vận khí hét to lúc tập võ để lên tinh thần, nhưng Whitney theo sát nghĩa đen.

Khi cô Cheri kết thúc quyển sách thì Whitney đã lên trung học, biết nói nhiều hơn, không còn học lớp đặc biệt mà chuyển sang lớp bình thường. Em vẫn còn lẫn lộn không biết khi nào nên nói (sự thật khó nghe) và khi nào nên im, cũng như không biết trả lời thế nào cho hợp. Mẹ nhận xét rằng Whitney nói tiếng Anh là tiếng mẹ đẻ mà như nói một sinh ngữ khác, mời bạn so sánh điều này với nhận xét tương tự của mẹ một trẻ tự kỷ trong phần 'Chuyện Jessie', trong quyển *Nuôi Con bị Tự Kỷ* do Nhóm xuất bản năm 2003.

Để hiểu rõ thêm cách dùng chữ lạ lùng của người tự kỷ và người không tự kỷ nhưng có tật về ngôn ngữ như Whitney, ta cần biết là trẻ con học ngôn ngữ một cách tự nhiên không ý thức từ lúc mới sinh đến khoảng 5 tuổi, sau đó việc học nói trở nên khó khăn hơn cũng như triển vọng nói lưu loát bị giảm sút khi em lớn dần. Whitney chỉ bắt đầu biết nói lúc 6.5 tuổi tức đã qua giai đoạn phát triển ngôn ngữ trong 5 năm đầu, do đó Whitney hay ai khác trong cảnh tương tự có cách dùng chữ và có lỗi về ngôn ngữ như của người học sinh ngữ phụ, cho dù đó là tiếng mẹ đẻ của em.

Biết nói và dùng ngôn ngữ không phải chỉ gồm có hiểu và phát ra lời, nó còn là hiểu điều bộ người khác; dấu hiệu không lời như ngưng dài hay ngắn, ngưng chỗ nào, nhướn mày, nhún vai; nên nói hay không nói điều gì vào lúc thích hợp và nói ra sao; hiểu nhấn âm chỗ nào thì có nghĩa gì; hiểu ngầm, hiểu nghĩa bóng. Tất cả những điều này cũng là ngôn ngữ, nhưng người tự kỷ không nhìn vào mặt thì không nhận ra ý nghĩa câu nói và bỏ sót phần ngôn ngữ không lời, người suy nghĩ bằng hình thì nghe mà không hiểu trọn, do đó cả hai gặp khó khăn với ngôn ngữ và việc liên lạc tổ ý.

Tuy sách viết chính yếu về tật của Whitney và cách cô Cheri giúp con, nhưng sách cũng đưa ra một số ý khác quan trọng về khuyết tật đáng cho ta suy nghĩ:

— Nhiều trường hợp khuyết tật phải vào cư ngụ trong viện không phải vì người ta có bệnh tâm thần, mà vì có trục trặc trong việc liên lạc tổ ý. Khi người khuyết tật được tập cho có khả năng bày tỏ ý và hiểu người khác thì họ có thể sống độc lập ở ngoài.

— Một điểm đáng nói về chính ngôn nói riêng và cố vấn tâm lý nói chung là khuynh hướng nhắm vào tật (đối với chính ngôn) hay trục trặc (đối với bệnh nhân tâm thần). Cách hay thấy là người có bệnh kinh niên được cố vấn về bệnh, người ta chú tâm nhiều vào vấn đề thay vì vào giải pháp. Tuy nhiên có ý kiến cho rằng phương pháp trên bất lợi, thí dụ cặp vợ chồng muốn có giải hòa cho bất đồng giữa hai người, nếu người cố vấn và lứa đôi ấy dành thì giờ thảo luận về sự bực bội giữa đôi vợ chồng thì sự việc có thể làm tăng những điều mà mỗi người trong cuộc không thích về cuộc hôn nhân, và có lẽ đó không phải là mục đích của buổi cố vấn lứa đôi muốn có. Nếu bạn nói về những hành vi tiêu cực thì bạn sẽ khám phá thêm chuyện khác như vậy, còn khi nêu ra những điểm làm hài lòng trong cuộc sống chung thì bạn có căn bản để xây dựng mối liên hệ tốt đẹp.

Áp dụng điều này vào chính ngôn cũng đúng. Chuyên viên được huấn luyện là không cho người có tật cà lăm khi học chính ngôn nói về tật của mình, kể những điều mà tật cà lăm làm họ mắc cỡ muốn độn thổ. Luật này khó áp dụng vì người có tật thường lo lắng và muốn giải bày nỗi lo của họ, nhưng chuyên viên tin rằng nói về khổ tâm mà tật cà lăm gây ra chỉ phản tác dụng, tật nhẹ có thể hóa thành nặng. Thay vào đó họ chú tâm vào việc tăng cường hành vi thuận lợi, tức dạy cách nói bình thường để thay cho tật cà lăm.

— Định bệnh lăm. Trở ngại về ngôn ngữ khiến sinh ra tật giống chứng tự kỷ, hành vi trục trặc mà khi trẻ được dạy cách lắng nghe, hiểu ý người khác thì tật và hành vi cải thiện rất nhiều. Nó cũng có nghĩa có thể vài trẻ không bị tự kỷ nhưng bị định bệnh lăm và không nhận được giáo dục thích hợp để chữa tật của em. Cha mẹ có thể đọc kỹ kinh nghiệm của cô Cheri với Whitney để hiểu và giúp con.

Sách nêu ra những lý thuyết mới đáng suy nghĩ về tật của thánh giac như khi nhậy khi không, các lối suy

nghĩ khác nhau (bằng hình và bằng lời), trực trực xảy ra khi một người quá mạnh về lối suy nghĩ này và quá yếu về lối kia, triệu chứng như tự kỷ có thể do bệnh khác sinh ra khiến có định bệnh lâm. Trên hết thấy sách cho thấy nỗ lực của gia đình từ cha mẹ đến anh chị em trong bao nhiêu năm đã giúp cho con khuyết tật tiến bộ không ngờ. Thành công này chứng minh và hỗ trợ thêm cho chủ trương của Nhóm Tương Trợ là bạn cần dạy con, dạy con, và dạy con. Theo với thời gian kết quả chắc chắn sẽ tới làm bạn vui mừng, nhưng quan trọng hơn hết là con phát triển, giúp cho chính em và cuộc sống mai sau của em. Cha mẹ, chứng khuyết tật có khác nhau, đầu vậy phương pháp là một cho cả trẻ Mỹ lẫn trẻ Việt Nam hay bất cứ trẻ nào khác.

.....

12 Điều Tâm Niệm cho Cha Mẹ có Con Khuyết Tật.

(theo Virginia Richardson, Pacer Parent Training Coordinator, Minnesota).

- ▲ Bạn là người bênh vực giỏi nhất và chuyên cần nhất cho con bạn.
- ▲ Bạn có chi tiết giá trị về con, các chuyên gia cần sự đóng góp của bạn.
- ▲ Hãy viết chúng ra giấy và giữ kỹ.
- ▲ Tìm cách giải quyết vấn đề ở mức thấp nhất, nhưng đừng ngần ngại tiếp xúc với viên chức có thẩm quyền hơn nếu vấn đề không được giải quyết. Xin đọc thêm bài Khiếu Nại trong tập san Cha Mẹ với Con Khuyết Tật số 2, 2003.
- ▲ Giữ lại mọi hồ sơ, giấy tờ.
- ▲ Đi tìm hiểu sự việc, lấy chi tiết, thông tin khi cần.
- ▲ Để giờ đọc kỹ thông tin trước khi có quyết định.
- ▲ Bạn không cần phải là người toàn hảo và phải thành công mọi chuyện, mà ta học được những bài học quan trọng từ thất bại lẫn thành công.
- ▲ Đừng hùng hục làm tới chết vì con. Bạn chết rồi thì để con cho ai lo ? Thỉnh thoảng dùng một chút nghĩ xả hơi.
- ▲ Hãy có óc khôi hài, nó có lợi cho tâm tình của bạn và của con.
- ▲ Luôn luôn nhớ khen người khác khi họ làm được chuyện.
- ▲ Khuyến khích con tập có quyết định chuyện này hay kia, vì có ngày trẻ sẽ cần làm vậy.

Chỉ Dẫn về Asperger (2)

I. Xếp Đặt Chuyện Nhà.

Sau đây là vài luật cần biết để gia đình có trẻ AS sinh hoạt được thuận hòa, êm xuôi.

Biết Thứ Tự Công Việc.

Tất cả trẻ thực hiện chuyện của chúng dù ở nhà hay ở trường hoàn hảo khi biết phải làm gì, cho riêng trẻ AS biết thứ tự là điều sinh tử. Hẳn bạn đã nhận ra tính khí của con là trẻ dễ bực bội và nổi cơn phá phách khi gặp chuyện bất ngờ ngoài dự đoán. Vậy hãy chuẩn bị cho con đối với thay đổi trong cảnh sống của em bằng cách dùng lịch, đồng hồ, nói chuyện, mô tả việc gì sẽ đến vào ngày mai, tuần tới. Tùy theo trẻ bạn sẽ thấy rằng giải thích giản dị chuyện trong ngày là đủ:

- Sáng dậy mình tới nhà bà nội, rồi ghé thư viện. Sau đó mình về nhà và ăn xôi buổi trưa.

hay có trẻ phải cần viết thứ tự này ra giấy, hay vẽ hình mô tả.

Có gia đình dùng lịch có ô lớn để ghi việc làm trong tuần, mỗi người trong nhà dùng viết màu riêng ghi sinh hoạt của mình, các cuộc hẹn. Làm như vậy không những trẻ nhìn vào lịch biết mình sẽ làm gì mà biết luôn cả thời khóa biểu của những ai khác trong nhà. Em thấy trước khi nào ba đi xa, chừng nào ba về và tới ngày thì ngóng đợi ba. Nếu gia đình sắp đi chơi xa bạn có thể cùng với con vẽ hay cắt hình trong sách báo mô tả chuyến đi, hay những nơi những cảnh gia đình sẽ đến, tính trước những chặng đường như tới đâu thì nghỉ ăn trưa, và giúp trẻ ghi những món cần mang theo.

Sự việc thường ít khi diễn ra như ý muốn, khi có thay đổi hay phải xếp đặt lại thí dụ phi cơ hoãn giờ cất cánh vì gió lớn, nên báo cho con hay càng sớm càng tốt. Thay đổi kế hoạch vào giờ chót là cái khó nhất và bạn sẽ phải tập cho con tính uyển chuyển.

Có Xếp Đặt.

Giờ sinh hoạt tự do không có xếp đặt làm trẻ AS rất khổ sở, bần khoăn, lo lắng vì chúng không biết phải làm gì, không có thứ tự phải theo. Ở trường đó là giờ chơi và ăn trưa gây ra xáo trộn cho trẻ mà trẻ cũng vì vậy gây xáo trộn cho người khác. Khả năng xếp đặt công chuyện là khả năng biết dự tính, tạo trật tự cho môi trường có nhiều thay đổi. Vào giờ chơi trẻ không biết có gì sẽ xảy ra, không ai đòi hỏi em phải làm điều nào và em thì không biết nên làm cái gì, thêm vào đó cảm quan bị kích thích quá nhiều như tiếng động, mùi thức ăn. Kết quả là trẻ cáu kỉnh, la hét, đập phá. Bốn phần của bạn ở nhà là dạy cho con biết phải làm gì trong ngày ở trường, lúc học, giờ ra chơi, và về nhà thì làm chuyện nhà, làm bài tập.

Hãy lập bảng ghi việc phải làm, viết vào lịch, những điều này giúp trẻ biết khi nào phải làm cái gì, tới giờ của chuyện gì. Vặn đồng hồ reo trong bếp để báo cho em hay tới giờ chuyển từ việc này sang việc kia. Bạn và con có thể soạn ra thời khóa biểu buổi sáng cho mọi việc, từ lúc dậy đến lúc đeo cặp ra khỏi nhà. Trẻ cũng nên có thời khóa biểu cuối tuần ghi chi tiết những sinh hoạt em làm trong giờ rảnh: ăn sáng, làm chuyện nhà, xem truyền hình, làm bài, giờ yên lặng chơi game hay dùng máy điện toán, chơi ngoài sân với anh chị em, đạp xe

v.v. Bạn giúp con khi có chuyển từ sinh hoạt này sang sinh hoạt kia, cuối ngày thì cùng với con duyệt lại xem có cần thay đổi, thêm bớt cho thời khóa biểu tuần sau.

Thông Lệ.

Cho con hiểu rõ giờ nào gia đình làm việc chi và theo sát thông lệ này là cách hữu hiệu nhất để bạn được hai chữ bình an với con AS, và chính trẻ cũng cảm thấy bình an. Thông lệ cho biết việc gì sẽ đến lần thứ tự công chuyện trong nhà, và thường thường trẻ AS háng hái làm theo.

Có Trách Nhiệm.

Mọi người trong gia đình cần chia sẻ chuyện nhà theo khả năng của mình, việc chia sẻ này quan trọng về hai mặt, nó đặt nền tảng cho kỹ năng dẫn đến việc sinh sống độc lập về sau, và nó mang lại niềm hạnh diện là làm được chuyện. Vì vậy đừng bảo vệ con quá mức khiến trẻ không hưởng được lợi ích của việc đóng góp vào chuyện nhà. Bạn cũng nên nhớ công việc được giao theo khả năng hơn là mức hữu hiệu của trẻ, nó có nghĩa khi gọi con nhỏ đặt bàn ăn cơm trẻ có thể làm chậm hay vướng chân mọi người và trì hoãn sự việc, nhưng nó vẫn là bài học quan trọng. Từ từ trẻ làm giỏi hơn và học được bài học quan trọng về trách nhiệm.

Chia chuyện nhà cũng phải tùy theo hoàn cảnh đặc biệt của trẻ, sự lo lắng, căng thẳng trong lớp có thể làm trẻ kiệt sức khi tan học và không còn năng lực làm thêm chuyện ở nhà hay đáp lại đòi hỏi của cha mẹ. Hãy xem kỹ khi giao việc cho con là trẻ hoàn thành được nó, làm xong con sẽ vui vì làm được còn làm không được thì nó tăng thêm căng thẳng trong gia đình, mà đó là điều bạn muốn tránh. Trẻ AS thường thích làm chuyện nào có lẽ lối rập khuôn ngày này sang ngày khác không đổi như đặt bàn ăn cơm, cho chó ăn sáng và tối, hay bỏ quần áo vào giỏ đem giặt.

Giữ cho phòng riêng được gọn gàng, sạch sẽ có thể là chuyện dễ hay không dễ cho trẻ AS, có em thì ngăn nắp chăm chút kỹ lưỡng, món nào món nấy nằm đúng chỗ của nó nhưng cũng có em bày bầy bừa bãi, dọn phòng xem ra là chuyện đội đá vá trời. Với những việc khá phức tạp như dọn phòng thì có lẽ nên chia nó thành nhiều phần nhỏ, mỗi lúc làm một phần hay bạn có thể đặt ưu tiên. Chẳng hạn cho trẻ lo một việc trong phòng như làm giường hay quần áo máng đàng hoàng không vất bậy trên sàn, mà không phải làm hết mọi chuyện. Để giúp con có cái nhìn tổng quát, bạn có thể chụp hình lúc phòng có thứ tự đâu ra đó, dán hình lên tường cho con thấy khi dọn xong thì phòng phải ra làm sao.

Những công việc trong nhà mà trẻ làm được để học có trách nhiệm nhưng không quá sức là:

- tưới cây
- lấy báo ngoài sân vào nhà
- mẹ đi chợ về thì cất đồ vào tủ, tủ lạnh.
- lấy chén đĩa đã rửa sạch trong máy rửa chén cất vào tủ.
- cho chó, mèo, chim v.v. ăn uống.
- xếp quần áo lấy ngoài dây và cất vào tủ.
- tìm thông tin cho gia đình như mở tự điển kiểm chữ, kiểm trong bản địa đồ, trên internet v.v.

Việc tốt nhất là cái khuyến khích trẻ có độc lập mai sau, khi cùng bạn đi chợ trẻ có thể lấy hàng trên kệ bỏ vào xe theo băng ghi sẵn ở nhà. Làm như thế giúp được nhiều mặt: trẻ tỏ ra có ích biết phụ ba má, phát triển khả năng của mình và lòng tự tin, học được kỹ năng quan trọng mà em sẽ cần sau này trong đời. Em có thể không lựa được món hàng tốt nhất hay bổ dưỡng nhất nhưng bạn có thể giúp con.

Tính Uyên Chuyển.

Gần như bất cứ chuyện gì con làm dù là việc nhà, bài trường hay sinh hoạt khác đều cho em cơ hội phát triển tính uyển chuyển. Khả năng uốn mình theo đòi hỏi và điều chỉnh khi hoàn cảnh thay đổi là một khả năng quan trọng mà trẻ AS thiếu, nhưng có thể dạy được. Bạn có thể chỉ cho con những luật đặc biệt về phải làm gì khi có bất ngờ xảy ra không định trước, gọi là bài tập 'Nếu như...' Thí dụ bạn hỏi:

- Con phải làm gì nếu như con về nhà mà không thấy ai ?
- Con phải làm gì nếu như cửa khóa và không có ai ở nhà ?

Bạn và con cùng nghĩ ra cách giải quyết này hay kia rồi chọn cách hay nhất, vài thí dụ là:

- Coi truyền hình và chờ ba mẹ về.
- Lấy hết bánh ngọt ăn.
- Sang nhà bên cạnh và cho bà Smith hay.

Sau khi đã có một số câu trả lời, bạn có thể lượng xét chúng, ăn hết bánh ngọt thì chắc không tốt, nhưng hai câu kia có lý. Hãy giúp con chọn câu thích hợp nhất.

Dĩ nhiên ta không thể nghĩ ra hết mọi chuyện bất ngờ con có thể gặp, nhưng mỗi ngày bạn dạy một chuyện 'Nếu như...', hỏi con cái quen thuộc mà con đã biết câu trả lời, cùng với cái mới lạ có thể xảy ra. Chẳng hạn bạn nói:

- Nếu mình ra tiệm bánh mì mua loại bánh thường ngày mà họ hết thì làm sao ?

Thảo luận với con chuyện có thể làm như mua loại khác, đi sang tiệm ở đầu đường, đi về nhà v.v. và rồi chọn lựa. Hãy luôn luôn khen ngợi con khi trẻ đưa ra giải đáp tốt đẹp cho cảnh 'Nếu như...', và cũng khen rồi rít khi con tỏ ra sẵn lòng uyển chuyển hay thay đổi khác với thông lệ cứng nhắc. Một lý do của việc cùng trẻ chọn lựa các giải đáp là vì nó tập cho trẻ sau này có quyết định trong muôn vàn tình thế ở đời. Dù chỉ dẫn cận kề ra sao bạn vẫn muốn con đừng quá chịu lòng người. Cái quan trọng là cho trẻ có kinh nghiệm biết chọn lựa, nắm quyền kiểm soát và nói 'Không'. Khả năng mạnh mẽ nói lên ý mình, nói điều mình muốn và từ chối đòi hỏi của người khác đôi khi rất cần thiết cho sự an vui và an toàn cho trẻ trong tương lai.

II. Đối Phó với vài Tật AS.

Cảm Quan.

Ta biết là nhiều trẻ AS có cảm quan nhạy bén hơn bình thường (xin đọc thêm trong quyển 'Hội Chứng Aspergre' mà nhóm đã xuất bản) và do đó thấy bức bối với chuyện người khác cho là không đáng. Cảnh sống trong nhà có thể bị xáo trộn khi mọi người lúc nào cũng phải rón rén gượng nhẹ để thích ứng với cảm quan lạ lùng của trẻ: không dám nhai mạnh vì trẻ sẽ bịt tai lắc đầu quầy quậy và la lối, không thể mở hũ dưa chua ở bàn ăn vì trẻ bịt mũi và nôn thốc tháo. Tuy nhiên có những cách làm sự việc dễ dàng hơn, giúp trẻ và cả nhà được thoải mái, chìa khóa của thành công là thích ứng với sự nhạy cảm khi hợp lý và tìm cách mở rộng khả năng chấp nhận của con khi cần.

Vậy thì, khi bạn hiểu nhu cầu của trẻ là quần áo phải mềm, êm, rộng rãi đừng bó sát thì cả trẻ và bạn sẽ được yên thân hơn khi bạn thích ứng với đòi hỏi đó. Tìm được loại hàng, kiểu may thích hợp thì có lẽ nên mua vài cỡ lớn hơn để sẵn khi trẻ lớn. Khi khác thì cách hợp lý là đôi bên đi tới thỏa hiệp, hay tìm cách làm con chấp nhận nhiều hơn, chịu được kích thích hơn. Thí dụ cả nhà đi ăn cưới và con không thích mặc áo đẹp vì nó cứng không êm gây ngứa ngáy khó chịu, hãy giao ước rằng hễ con chịu mặc tới lúc hết lễ và chụp hình hai họ xong thì được phép thay bộ đồ mềm dễ chịu hơn, và cũng nên cho người tổ chức lễ biết.

Nhiều trẻ AS gặp trở ngại với khuy áo, móc quần, một phần vì cử động vụng về và có thể vì giác quan bên nhạy, bởi nút áo có thể cộm, cắn vào da mà cũng khó cài khó cởi. Y phục không dùng nút áo, khóa kéo zip thì có lẽ tốt hơn, dù rằng bạn nên khuyến khích con học kỹ năng mặc quần áo. Có những trường hợp trẻ cảm thấy khó chịu nhưng có thể chấp nhận vì sự vui thích mà nó mang lại tức phần thưởng, vậy hãy dùng nó để tập cho con quen với cảm giác hơn. Thí dụ trẻ thích lượn võ sò trên bãi biển nhưng không thích việc cát vương vào kẽ chân và nước biển làm da rít khi khô, hay trẻ có thể thích xem bắn pháo bông mà sợ tiếng vang khi pháo nổ. Bạn có thể cho con dùng nút bịt tai earplug, năm đầu cả nhà đứng gần chỗ bắn còn cha và trẻ ở bãi đậu xe cách xa nhưng xem được pháo nổ trên trời, năm sau cha con tiến lại gần hơn, năm sau nữa thì cả nhà đứng chung và mọi người đều hài lòng. Chuyện mất thời gian mới có kết quả tốt đẹp mà đáng công tập luyện.

Bài học ở đây là cách tập cho con quen với khó chịu do cảm quan gây ra và chấp nhận cảm giác nhiều hơn, kỹ thuật nâng mức đáp ứng sẽ làm trẻ AS có thể chịu được sinh hoạt khác, hòa hợp được nhiều hơn vào cuộc sống chung. Bạn có thể áp dụng cách này vào những chuyện khác tùy theo óc sáng tạo của mình, mỗi ngày một chút mỗi tháng giải quyết một chuyện rồi trẻ sẽ thích ứng được với nhiều khung cảnh hơn.

Nếu trẻ gặp trục trặc với thực phẩm do mùi vị, tính chất như giòn, mềm, cứng, trơn, lộn nhộn, lụn sụn, thì chịu theo ý con tới một mức nào đó thí dụ nhất định không ăn thực phẩm mềm như tàu hủ, nhưng từ từ tập con ăn món mới. Ngay cả khi con giữ chặt ý không thích món gì, trẻ nên học cách nói chuyện lịch sự và nhã nhặn từ chối không ăn. Người kén ăn có thể nói 'Dạ không, xin cho kiểu món này' thì giữ được không khí thoải mái hơn ai nói to 'Ý ẹ, thấy ghê !'

Chuyện khác cũng quan trọng là thưởng khi có tiến bộ, nếu con chịu ngồi yên trong phòng khách lúc bạn hút bụi nơi này, so với năm ngoái trẻ bịt tai la hét thì đua với máy coi ai rống to hơn thì con đã có tiến bộ, và bạn nên nhìn nhận điều đó. Hãy khen con, và cũng khen khi con nghĩ ra cách làm giảm bớt mức nhạy cảm và sự khó chịu của mình, như đeo kính râm khi đi vào thương xá để chịu được ánh đèn chói của cửa hàng. Tin vui là dường như càng lớn người AS càng ít nhạy cảm, hay họ học được thêm cách đối phó với tật.

Si Mê.

Tật này của trẻ AS có thể làm bạn phờ phạc mà cũng đáng lo vì trẻ tỏ ra thiếu uyển chuyển. Cha mẹ thấy rằng không phải trẻ chỉ si mê mà cái chúng chú tâm là chuyện sinh tử đối với trẻ, thế nên họ tìm cách sao cho trẻ theo đuổi sở thích của chúng mà cũng phát triển và có được uyển chuyển. Chuyên gia của Úc về Asperger là nhà tâm lý Tony Attwood đề nghị hai kỹ thuật, một là kiểm soát việc theo đuổi si mê, và hai là tìm cách áp dụng si mê có lợi. Thí dụ trẻ thích tìm tòi về cá voi bạn có thể soạn ra hệ thống cho trẻ thỏa mãn tính hiếu kỳ trong giới hạn nào đó, như cùng với trẻ đặt ra thời lượng mà trẻ được phép tìm tòi về cá voi, đặt đồng hồ reo khi hết giờ. Khi có chuông thì trẻ phải quay sang sinh hoạt khác chẳng hạn chơi trên máy điện toán, trẻ phải sang phòng khác hay những gì liên quan đến cá voi (sách vở, hình cá voi plastic) phải đem cất để không nhắc nhở, quấy rầy em. Việc mà em làm kể cũng vui và lý thú mà không nên được xem như là sự trừng phạt. Ngoài ra cũng nên đặt ra phần thưởng khi kiểm soát việc theo đuổi si mê, nếu trẻ làm hết chuyện nhà, làm chuyện bạn dặn thì được mẹ mua cho một quyển sách khác về cá voi.

Hãy tìm cách áp dụng si mê của con theo cách có lợi càng sớm càng tốt, nó có nghĩa trước tiên biến tật thành ưu điểm. Giúp con khi cơ hội đưa tới như lập bộ sưu tập chi tiết về cá voi cho trường, liên lạc với các tổ chức môi sinh và nhờ vậy con có bạn. Mai sau đề tài con quan tâm có thể dẫn tới việc làm thích hợp; nhờ óc sáng tạo nghĩ ra những cách thực tế cho con dùng hiểu biết chuyên môn của mình, bạn có thể liên kết sở thích của trẻ với những đề tài khác hay việc khác, và dùng nó tập kỹ năng giao tiếp như ta nói tiếp đây.

Tao Kỹ Năng Giao Tiếp.

Gia đình là nơi nuôi dưỡng kỹ năng xã hội như giao tiếp, liên lạc, tương tác. Tất cả mọi trẻ cần được dạy cách cư xử phải phép trong những hoàn cảnh xã hội và gia đình là thầy dạy đầu tiên. Trẻ bình thường sẽ tự động học được cách tiếp chuyện, mở lời không chút khó khăn nhờ quan sát, bắt chước và được khuyến khích. Lúc hai tuổi em đưa cái bánh nát trong tay cho khách tỏ lòng thảo ăn, cha mẹ khen con dù bánh rơi vãi đầy thảm phải quét dọn; lớn hơn nữa em biết rót nước cho bạn khi bạn đến chơi, mở quạt nếu trời nóng. Những kỹ năng khác cũng được dạy tới lui thuần thục như biết nói 'Cho con xin...', 'Làm ơn', 'Cám ơn', chuyện gì nói được trong lúc xã giao và chuyện gì không nên nói. Tuy nhiên trẻ AS cần chỉ dạy trực tiếp hơn về các luật trong xã hội và những điều mong đợi khi giao tiếp (khi nào nên nói, khi nào ngưng cho người khác nói). Dưới đây là vài kỹ năng mà trẻ AS cần phát triển trong nhà:

- Biết chào hỏi lịch sự và đáp lại.
- Tự chế không đánh hay thúc bạn.
- Hỏi xin, nói lời yêu cầu, bày tỏ ý muốn của mình theo cách thích hợp. Nó có nghĩa hỏi xin bằng lời hơn là chop lấy vật hay la hét, ăn vạ.

- Biết chia sẻ và thay phiên. Trẻ AS khó học tánh chia sẻ tuy nói cho đúng đa số trẻ thấy khó mà làm vậy, nhưng nó là luật cho hầu hết các sinh hoạt trong xã hội. Khi trẻ thay phiên nhau chơi trò chơi hay đồ chơi thì đó là chia sẻ, mà khi chuyện trò người nói người nghe chờ tới phiên mình cũng là chia sẻ.

- Theo những luật căn bản lúc nói chuyện, trẻ nhỏ có thể tập nhìn vào mắt ít nhất thỉnh thoảng nên làm vậy, lắng nghe, ngưng cho người khác trả lời, v.v.

- Biết diễn giải. Nếu trẻ bắt chước lời cư xử của bạn hay bắt chước nét mặt thì nó giúp em diễn giải khá hơn ý định người khác khi giao tiếp.

- Kêu trẻ khác chơi, hay biết đến một nhóm trẻ và xin nhập bọn chơi chung.

- Hiểu mức độ thân mật trong cảm tình với người khác và cách nói thích hợp cho từng trường hợp. Trẻ con cần biết là hành vi chấp nhận được ở nhà thì khác với hành vi ở chỗ công cộng.

Sau đây là vài kỹ thuật bạn có thể dùng để giúp con học được những kỹ năng trên trong gia đình:

- Hãy nói rõ ràng và thẳng thắn bất cứ khi nào bạn dạy con. Nếu con nhỏ la hét khi muốn uống nước trái cây, hãy giải thích rằng la hét là không được và dạy trẻ cách nói thích hợp thay vào đó 'Mẹ ơi con muốn uống nước trái cây' hay 'Con uống nước trái cây được không ?' Nói khác đi, chỉ la rầy, bảo rằng trẻ sai rồi thôi thì chưa đủ mà cha mẹ cần sửa và dạy cái đúng cho con làm theo. Đa số cha mẹ vì bận rộn và có nhiều chuyện quan trọng phải lo nên chỉ biết nạt khi con làm sai, nhưng dạy ăn nói, cư xử đúng phép từ lúc nhỏ cũng quan trọng đáng cho bạn dành thì giờ với con. Với trẻ lớn hơn thì cho em học những cách chào hỏi, giới thiệu: 'Con khoanh tay lại, cúi đầu và nói Thưa bác con về'.

- Khuyến khích con quan sát những dấu hiệu người ta tỏ ra khi giao tiếp, thí dụ bạn nói 'Nhìn chị kìa, bạn chị dọn nhà lên Queensland nên chị buồn, thấy chị ít cười hơn không, mặt chị bết tươi.' Có thể trẻ không hiểu ngay nhưng từ từ em sẽ học cách nhận ra những thay đổi ấy và hiểu nó muốn nói gì.

- Dùng hình chụp hay hình vẽ để làm con chú ý tới biểu lộ trên gương mặt hay điệu bộ thân hình, bạn có thể tập với hình chụp gương mặt hân hoan, buồn rầu, giận dữ, v.v.

- Dạy con chữ thích hợp về cảm xúc, hành vi và nét mặt cho ta biết người khác đang có xúc động gì. Đây là bước đầu tiên giúp trẻ nhận ra cảm xúc của chính mình, thí dụ em cảm thấy cổ họng nghẹn lại khi trong lòng không thoải mái về chuyện nào đó, phải một thời gian lâu em mới nối kết được cảm giác ở cổ họng với chữ 'buồn'.

- Dạy cách cư xử đúng đắn với những người khác nhau gặp hàng ngày, cái gì làm được với người thân thì

không nhất thiết cũng nên làm với người ngoài phố. Thí dụ là những vòng tròn tình thân mà nhóm tương trợ có tài liệu, xin bạn liên lạc về nhóm. Bạn hãy nói chuyện với con về những cách chào hỏi thích hợp cho người thân hay sơ, ở nhà thì mình có thể làm những chuyện gì mà khi ra ngoài thì phải có hành vi nào khác.

- Tập những kỹ năng với con, nếu con có khuynh hướng tránh nhìn mắt người khác, hãy kêu con nhìn vào bạn một lúc và nói với bạn 'Hello'. Cho con tới gần trẻ khác (nên tập trước ở nhà với anh chị em) và nói 'Cho tôi chơi với bạn được không?', ở nhà thì tập con gõ cửa phòng người trong gia đình và hỏi 'Con/em/anh/chị vào được không?', thay vì tông cửa ừa vào không hỏi han.

- Tập cách thích hợp để mở đầu, khơi chuyện, với trẻ rất nhỏ thì chỉ cần hỏi 'Bạn/ông/bà đang làm gì đó?' hay 'Bạn tên gì?' là cũng đủ bắt đầu nhiều chuyện.

- Khuyến khích có óc uyển chuyển. Ngoài những điều ta nói ở trên về tính này, một khi trẻ học rành rẽ luật nào rồi (thí dụ học thuộc hai hay ba câu gợi chuyện), hãy mở rộng hiểu biết của em hay thay đổi khung cảnh một chút. Hãy dùng kỹ thuật 'Nếu như...' cho kỹ năng giao tiếp, chẳng hạn bạn đặt vấn đề với con: 'Nếu con hỏi 'Bạn đang chơi gì đó?' và trẻ khác cho con chơi chung, nhưng con không biết cách chơi thì làm sao?'

- Thưởng và khen khi con học được kỹ năng mới hay có tiến bộ, hay khi trẻ hợp tác với nỗ lực dạy con của bạn. Một số trẻ AS có thể cưỡng lại nhưng đa số chịu theo những qui tắc rõ ràng, và có thể khuyến dụ để hợp tác.

Nếu bạn có những con khác thì trẻ AS có cơ hội tốt đẹp để học các kỹ năng căn bản từ anh chị em. Bạn sẽ phải đặt luật chơi để các con khác hiểu qui tắc chính, thí dụ không có trêu ghẹo, nói thách, nói chọc. Anh chị lớn dễ thuận chơi hơn nếu hiểu cách trẻ AS học và cái gì khiến em có hành vi này hay kia, như vậy bạn cần giải thích các tật của trẻ AS cho anh chị rõ, thí dụ như tại sao trẻ AS thấy khó mà hiểu là mình phải làm gì khi không có ai nói (vì em không đọc được ngụ ý qua dáng điệu, cử chỉ người khác, cái nhướn mày không có nghĩa gì với em), hay tại sao em khó mà chia sẻ, hay ngừng làm chuyện mà em ưa thích.

Nên khuyến khích các con thỉnh thoảng chơi chung với nhau, mà cũng tôn trọng nhu cầu là mỗi trẻ có giờ riêng cho mình, rút vào phòng, đi lang thang, ngồi ngoài sân không chơi với trẻ AS, hay có giờ chơi riêng với bạn đồng lứa không bị anh chị em đeo theo quấy rầy.

Đầu Tóc và Vệ Sinh Cá Nhân.

Cùng với kỹ năng sinh hoạt xã hội và những phép xã giao căn bản, cha mẹ cũng cần dạy con các luật sơ đẳng về hành vi cá nhân và công cộng, của trẻ và của người khác, với thí dụ rõ nhất là diện mạo, y phục và vệ sinh cá nhân. Thí dụ trẻ cần biết rằng đi toilet và tắm rửa cần làm trong phòng kín, và không vào nhà tắm khi có ai đang ở trong đó. Khi dạy việc chải gỡ đầu tóc và tắm gội thì nên nói một cách tự nhiên thoải mái, đây là đường lối dễ dàng để mở đầu bài học thiết yếu về tính dục. Tốt nhất là dạy con đúng chữ của những phần trong bộ phận sinh dục và cơ thể. Lý do là trẻ con bình thường có thể nghe từ bạn bè hay phim ảnh và bắt lấy tiếng lóng, chữ thô tục cho các phần này, cùng học được trường hợp nào dùng chúng. Trẻ AS không bén nhạy như thế và dùng không đúng chỗ, hay có thể nói oang oang giữa chỗ đông người chữ khiếm nhã không nên nói, và đó là tai họa bạn muốn tránh. Thế nên cách hay nhất là ngay từ đầu dạy em chữ đúng, chữ người lớn và sách vở dùng.

Thêm vào đó bạn muốn dạy con cách đụng chạm nào là tốt và cái nào là không tốt. Người khác có thể chạm vào trẻ ra sao (vỗ đầu, vỗ vai, vuốt má, vuốt tay), và chỗ nào trên thân họ không được phép đụng vào, thí dụ những phần mà áo tắm che phủ. Ta dạy sự an toàn cho trẻ dựa nhiều trên cảm xúc hơn, như giải thích rằng có loại đụng chạm con thấy thoải mái và có loại con thấy không vui. Trẻ AS gặp khó khăn với sự phân biệt tế nhị như thế nên có lẽ hay nhất là đặt ra luật rõ ràng.

Luôn luôn dạy con báo cho cha mẹ hay thầy cô hay khi ai đó hành vi không thích hợp hay khiến trẻ hoang

mang bối rối. Trẻ phải có thể đến với bạn để được giải thích cho hiểu về nhiều chuyện, nhiều cảnh ngộ, mà không phải chỉ liên quan đến sự an toàn. Nó có nghĩa dừng nạt: 'Ba/mẹ đang bận, lộn xộn quá, đi chỗ khác chơi', mà nên dành vài phút lắng nghe và cắt nghĩa cho con. Nếu bạn không nói thì ai sẽ nói cho con hay ? và nếu bạn không nói thì làm sao con biết để học mà phát triển ? Lại nữa lúc này con còn nhỏ nên cần sự hướng dẫn của bạn, đây là giờ phút thân thiết của cha mẹ với con mà để trôi qua là mất. Mai sau khi con trưởng thành sẽ không còn những giờ phút này, lúc đó bạn muốn mua lại thời giờ để tâm tình với con dù với giá nào cũng không thể được, và muốn dạy con thì đã quá trễ.

Kỷ Luật.

Kỷ luật không cùng nghĩa là trừng phạt, kỷ luật tốt cho mọi trẻ có tính giáo dục, nó nói cho trẻ biết cách cư xử phải phép và cho hay sẽ có thưởng khi có hành vi tốt. Đặt ra giới hạn đúng chỗ và giúp trẻ kiểm soát hành vi của mình là chuyện thiết yếu cho sự phát triển của trẻ, giữ cho gia đình sinh hoạt thuận hòa có ích cho tất cả mọi người.

Cách dạy lúc này thường có ý để trẻ bình thường học từ kinh nghiệm của mình hơn là rầy la, trừng phạt; tức đặt ra luật cho biết hậu quả vi phạm luật thì sao và để trẻ tự áp dụng. Chẳng hạn luật ở nhà là các trẻ phải về vào giờ cơm, nếu Alex không có mặt ở bữa cơm chiều hay không có cơ nào để vắng mặt, thì chiều hôm sau phải ở nhà không được đi chơi. Đa số trẻ học được trách nhiệm theo cách này, chúng không thích hậu quả bất lợi và áp dụng hiểu biết về luật vào hành vi của mình.

Với trẻ AS bạn phải làm khác, trong đa số trường hợp hành vi của trẻ tùy thuộc vào mức thoải mái hơn là ý niệm tốt hay xấu. Phần lớn những cơn la hét, phá phách là do lo lắng, hoang mang không hiểu thế giới chung quanh mà ra. Do đó cách giúp trẻ hữu hiệu là chú ý tới khung cảnh của em, thói quen, thông lệ và sự bối rối bất an trong lòng. Phương pháp của bạn phải trực tiếp và rõ ràng hơn với trẻ bình thường, trẻ AS thấy khó mà hiểu ra hành vi đúng đắn nên có trong trường hợp thực sự nào, và không tiên đoán được hậu quả. Bạn cần vạch ra tách bạch với con là phải làm gì, hệ quả ra sao của việc làm hay không làm, mà không thể mong là trẻ sẽ 'hiểu', 'nhận ra' theo cách trẻ bình thường hiểu và suy đoán ra. Hãy nhớ nằm lòng là trẻ AS không thể chỉ nhìn là hiểu mà bạn phải giải thích.

Đặt ra luật và làm theo luật có thể tốt cho trẻ AS và cha mẹ được an ổn vì em răm rắp làm theo luật, nhưng đừng quá trông cậy vào luật. Nên giới hạn luật cho những gì có mục đích mang lại sự sống yên vui trong nhà, có an toàn, thuận thảo trên dưới thay vì chỉ muốn con vâng lời làm theo ý bạn.

Cách Dạy về Hành Vi.

Vài cách sau tỏ ra hữu ích cho trẻ AS khi dạy em kiểm soát hành vi của mình.

- Rõ ràng.

Giả thử bạn đang ở trong thương xá với con AS bấy tuổi và muốn đi xuyên cửa hàng bán đồ sứ để tới cửa ra, bạn lo là con sẽ chạy bậy, đâm sầm vào bàn ghế, sờ mó đồ sứ trưng bày hay gây ra những tai họa khác. Nếu bạn nói 'Con phải ngoan trong tiệm' thì trẻ không hiểu bạn muốn nói gì, muốn trẻ cư xử ra sao, làm được cái gì và cái gì không làm được. Thay vào đó bạn cần phải nói: 'Cầm tay mẹ, đừng đụng những vật trong tiệm, nó dễ vỡ lắm.'

Nên có luật về chuyện cần làm đi kèm với luật về chuyện không được làm. Thí dụ có luật chính yếu là 'Đừng chơi ngoài lộ' nhưng bạn có thể kèm theo luật khác khuyến khích con 'Chơi ở sân sau đi', và hãy nhớ khen con khi trẻ làm theo luật.

- Gọn ghẽ.

Trong tiệm đây những món để vợ bạn có thể nói 'Đừng chạy, đi sát cạnh mẹ' là đủ, trẻ nào cũng khó học lời giải thích dài dòng về nguyên nhân và hậu quả, và với trẻ AS lại càng khó hơn. Nếu dặn 'Con mà chạy luông tuồng trong cửa hàng, rủi đụng bàn có bày đồ sứ làm vỡ thì người ta sẽ bắt thường ba mẹ, ba mẹ sẽ không có tiền mua quà giáng sinh sắp tới cho con và ba sẽ giận la lối con đó, bà nội cũng giận không cho con quà nữa' có lẽ đúng ý bạn hơn nhưng không chắc trẻ hiểu hết và rút ra bài học. Dạy cho con biết nguyên nhân và hậu quả thì cũng tốt nhưng đừng vì thế mà không được gọn ghẽ.

- Đồng nhất trước sau.

Cái chính yếu là ý muốn hay đòi hỏi của bạn trước sau vẫn vậy, nếu trẻ được phép mang thức ăn vào phòng chơi của cả nhà nhưng không được mang vào phòng khách thì phải theo luật ấy luôn luôn. Nó có nghĩa bạn phải cảnh giác với việc áp dụng luật này, mà nhiều phần là trẻ AS sẽ đóng vai trò đó đối với anh chị em của trẻ.

- Dùng hệ quả.

Trẻ cần biết là hư thì sẽ có hệ quả, tuy trẻ AS khó học từ hệ quả mà thôi nhưng em có thể thấy dây nhân quả của việc làm trái luật với hệ quả của nó. Nếu con bạn biết luật là không được mang thức ăn vào phòng khách và hệ quả (phải hút bụi thảm phòng khách) thì hệ quả phải được áp dụng khi có vi phạm luật. Hệ quả của hành vi sai cần được chọn cẩn thận. Dĩ nhiên là nó phải hợp lý và rõ ràng, nhưng nó cũng phải có tính ngăn ngừa tức 'bất tiện' đủ để khiến trẻ không muốn vi phạm luật nữa, chứ không phải khuyến khích vi phạm luật. Như thế trẻ không tuân theo luật và đánh, thôi anh chị em có thể vì muốn được bạn chú ý mà dùng cách khôn ngoan để tới mục đích đó. Nếu bạn tức giận và la lối rầm rộ thì không chừng bạn đã thưởng cho hành vi không thích hợp để được chú ý. Ngược lại, với trẻ thích được ở một mình trong phòng dùng máy điện toán mà bạn phạt bằng cách kêu trẻ vào phòng đóng cửa lại, thì đó là thưởng hơn là phạt tức cũng không thích hợp.

Cách khôn ngoan hơn là thăm dò hỏi han để tìm ra nguyên nhân của việc phạm luật. Nếu bạn hỏi khơi khơi: 'Sao con làm vậy?' thì trẻ có thể không giải thích được rõ ràng cảm xúc của em. Tốt hơn hãy nói về những gì có thể gây xáo trộn cho thông lệ của trẻ, như hỏi câu trực tiếp: 'Con bực vì tới giờ tắt truyền hình hay sao?'. Thường thường trực trặc về hành vi xảy ra không phải vì trẻ cố ý muốn hư, nhưng vì có xáo trộn trong thứ tự hằng ngày, diễn tiến việc ở nhà, hay thói quen của trẻ. Giải quyết được xáo trộn ấy lắm lúc cải thiện được hành vi của con. Lấy thí dụ thay đổi trong lệ quen có ở nhà có thể làm con rối trí, bạn dạy con luật là không được ăn tại phòng khách và trẻ tuân theo không chút khó khăn, nhưng nếu khách đến chơi và được phép vi phạm luật này, trẻ AS có thể bực bội và lăn ra làm nư.

Hãy hiểu cho con mà đừng vội vã kết luận là con hư, con bướng không chịu nghe lời. Khi hỏi han và biết tại sao con ưa làm một mình, hay ngộ nguây, phải làm theo thông lệ nào đó và si mê điều chi, thì bạn có được hai hiểu biết đáng nói. Một là khi tật hóa mạnh như phẩy tay lia lịa thì nó là dấu hiệu con bị lo âu, bối rối; hai là bạn có thể dàn xếp với con thời gian trẻ được phép dành cho si mê của mình. Trẻ cảm thấy an toàn thoải mái còn bạn cũng yên tâm vì giới hạn được ham thích quá đáng của con.

Ái có liên hệ với trẻ, tức bạn và thầy cô, thân quyến, cần hiểu là cái có vẻ muốn nói trẻ hư thường khi do khuyết tật của em mà ra. Nếu trẻ bồn khoăn lo lắng trong bụng, nếu cuống lên vì khung cảnh xa lạ, nếu hiểu lầm ý trẻ khác thì trẻ AS dễ có hành vi không thích hợp. Ta có thể giảm việc nổi cơn bằng cách xem kỹ cho khung cảnh của em có thứ tự biết trước và y khuôn trước sau, làm cho con hiểu được tình trạng và phải làm gì. Khi con quấy phá thì tốt nhất là đừng nghĩ hành vi hư là do ác ý hay nghịch ngợm, mà tốt hơn hãy xem sự việc có gì không ổn: 'Khung cảnh có thứ tự biết trước như thường ngày không? Thông lệ của trẻ có gì thay đổi? Người lớn

có làm y như em đã biết ? Chỉ sau khi coi lại hết mọi việc ta mới nói được là trẻ có hành vi không đúng.

Lấy thí dụ nếu em quấy phá trong lớp và bị đuổi ra đứng ở hành lang, cái đáng làm là tìm coi có gì trực trặc với thông lệ của em. Có phải cô giáo hằng ngày vắng mặt và thầy giáo thay thế không theo đúng thứ tự trong ngày mà trẻ thuộc nằm lòng ? Xáo trộn ấy đủ làm trẻ hoang mang và gây thêm trực trặc.

Kỹ Thuật Nên Tránh.

- Đánh đòn.

Nói chung thì không nên đánh bất cứ trẻ nào, với trẻ có khuyết tật là không hiểu được dấu hiệu xã giao của người khác thì đánh đập càng là chuyện không thích hợp.

- La lối, hét với con.

Trẻ AS thường nhạy cảm với tiếng động, dễ bị lo lắng. Làm cha mẹ bị nhiều áp lực nên bạn thỉnh thoảng nổi nóng sẽ to tiếng, nhưng đó không phải là cách hiệu quả cho trẻ biết là mình cần phải làm gì, tốt hơn hãy ôn tồn giải thích cho con hiểu ý bạn. Xin nhớ, trẻ AS không 'đoán' được ý mà bạn phải nói tách bạch, rõ ràng. Bạn không thể bực bội hỏi : 'Nói vậy mà con không hiểu sao ? Đâu đợi cái gì cũng phải nói mới hiểu ?' Trẻ AS không hiểu ngụ ý và gián dị là vậy.

- Nói mỉa mai, bóng gió, nói khích như 'Bánh quá ta', hay 'Chà, giỏi nghe !' chỉ vô ích.

- Chuyện gì cũng phạt con vào phòng.

Hệ quả này lâu lâu dùng thì hữu hiệu nhưng có khi nó không phải là sự trừng phạt như đã nói ở trên.

- Giảng moral dài lê thê.

Tốt hơn nên nói ngắn gọn, đi thẳng vào vấn đề về luật và hệ quả khi phạm luật.

- Hệ quả ngầm.

Thí dụ bạn dặn con là nếu trẻ bày bừa khối gỗ khắp sàn thì thế nào cũng có cái lọt vô gầm tủ gầm ghế và mất, sau đó trẻ kiểm không ra để chơi xây nhà. Cái đó có thể đúng, nhưng không chắc là trẻ sẽ áp dụng hiểu biết ấy và nhặt khối gỗ bỏ hộp. Hay nhất là nói rõ ràng trẻ chơi xong phải cất đồ chơi vào hộp.

- Sự mặt hay có thái độ bày tỏ gián tiếp là mình không vui.

Nếu con làm bạn bất mãn hay tỏ ra hư thì cần nói thẳng như vậy. Trẻ AS không thể nhìn nét mặt hay cử chỉ để đoán ra ngụ ý là bạn bực mình hay tức giận.

Trẻ thực lòng muốn biết là cần làm điều chi, hãy dựa vào đó và cho con hay chuyện phải làm để trẻ xử sự đúng và được khen, thay vì bị phạt vì hư, làm sai. Khi trẻ làm được chuyện thì nhớ mau lẹ khen con rồi rút, biểu lộ rõ là bạn rất hài lòng mà đừng cười nhẹ với con rồi thôi, trẻ AS sẽ không hiểu. Và tại sao phải khen đời, bộ không sợ con hư hay sao ? Khen là thưởng cho hành vi đúng, khiến trẻ hân hoan muốn lập lại hành vi đó để được thưởng lần nữa rồi lần nữa ngày này sang ngày kia, khen là củng cố hành vi ngoan. Nụ cười nhẹ chỉ có hiệu quả cho trẻ nào hiểu được ý ngầm của nó mà như ta có nói, trẻ AS không nhận ra dấu hiệu tinh tế ấy, không hiểu mình được thưởng và thấy không có lý do để lập lại hành vi đúng.

Hãy nhớ rằng kỷ luật tốt dạy cho trẻ biết, nó cho trẻ hay lần sau phải làm làm gì khác để được khen vì xử sự khác hơn, thay vì bị la vì có hành vi không thích hợp. Chót hết, đừng mong là con luôn luôn làm đúng mà có lúc trẻ sẽ quên, làm lộn. Người nào cũng có lúc làm sai và nói 'Ai chà, quên mất tiêu !', khi đó cái phải làm là thảo luận với con, học từ sai lầm này và nghĩ ra cách tránh nó trong tương lai. Gia đình là vậy, là chỗ an toàn cho ta học, thử làm, có khi áp dụng sai và từ đó rút ra kinh nghiệm. Nếu bạn giúp trẻ học mà vui thì công việc sẽ dễ

dàng hơn, làm trẻ tự tin khi bước ra thế giới bên ngoài.

Đây chỉ là những gợi ý mà chắc chắn bạn sẽ nghĩ ra thêm nhờ kinh nghiệm. Hãy yên lòng vì cha mẹ nào cũng lạng quạng ban đầu và sau đó trở thành chuyên gia.

Khi con bạn bắt đầu tỏ dấu hiệu có tiến bộ dù là chỉ tí ti, tim bạn muốn vỡ tung vì mừng quá đỗi nhưng thấy mình thật điên khùng nếu cuống quýt reo lên, thành ra tôi chia sẻ những phút hân hoan ngập lòng như thế về chuyện thật nhỏ bé với chồng tôi. Anh hiểu việc đáng mừng biết bao khi lần đầu tiên con gọi điện thoại và chuyện trò được lâu với chú của nó. Anh hiểu con đã bước một bước rất xa khi nghe trẻ hỏi nghĩa một chữ là gì. Anh chảy nước mắt khi con cho bạn hàng xóm nhỏ tuổi hơn vào phòng và lui cui kéo thùng đồ chơi ra cho bạn chơi chung. Bạn thấy trẻ bình thường làm chuyện này tự nhiên mỗi ngày, cha mẹ các em coi đó là việc tự nhiên trong khi hai vợ chồng chúng tôi coi đó là phép lạ. Tôi tin là hai chúng tôi không còn dám coi thường những thành đạt của con.

Mà không phải chỉ có cha mẹ. Thường khi anh chị em và thân quyến cùng nỗ lực giúp trẻ AS, chia sẻ gánh nặng và sung sướng vui chung khi có thành công. Cha mẹ nói không gì làm họ vui hơn khi họ hàng lâu không gặp trẻ, nay thấy trẻ cải thiện thì họ kinh ngạc và hớn hỡ biết chừng nào.

Không nên xem AS là khuyết tật đáng sợ vì trẻ có thể xoay chuyển được khuyết tật của mình. Lờ đi định bệnh hẳn làm bạn chết sống, nhưng bước đầu tiên nên là thật lòng chấp nhận nó để được hỗ trợ như dịch vụ cho con, và học cách giúp con. Nếu bạn khẳng khái rằng con không có bệnh, trẻ chỉ chậm thôi và trẻ thông minh mà, thì có lý do gì để trẻ học chính ngôn, cơ năng trị liệu, sửa đổi hành vi? Nhớ những điểm chính yếu sau có thể giúp ích cho bạn: Phải, tình trạng của con quả có khó khăn. Không, không có thuốc hay cách nào chữa dứt bệnh, nhưng có trị liệu cải thiện được các tật của chúng này. Người AS có khó khăn như bất cứ ai khác, nhưng nếu ai nỗ lực hết mình và làm hết khả năng của họ thì có khuyết tật hay không không thành vấn đề, họ sẽ thành công dù có AS hay không. AS có một số ưu điểm và tài năng và trẻ AS tuy gặp trở ngại nhưng có thể thành công, trưởng thành sống độc lập.

Trẻ AS nói chung tỏ ra ngoan trong lớp có hành vi đúng luật, nhưng những lúc khác trong ngày như giờ ra chơi, ăn trưa, giờ thể thao thì lại rất khó cho em. Em không có được sự quen thuộc như ở lớp học khi ra sân chơi, nhà ăn, phòng tập, không có chỗ ngồi thường ngày và thứ tự chặt chẽ những việc phải làm. Thay vào đó khi xong bữa ở nhà ăn trẻ bắt đầu đi lang thang ở đó, hát to, vung vẩy tay chân, đụng đầu trẻ khác theo cách rất bực bội như không tránh đường hay té sầm vào nhóm khiến bạn la lối đẩy em ra. Khi thầy cô trực hỏi tại sao em làm vậy thì trẻ bảo không biết, hay tại vì chúng bạn không ưa em, và em dốt (stupid) lắm.

Bạn chọc gheo làm em buồn nhưng vấn đề thực sự cho trẻ AS là giờ ăn và phòng ăn không có xếp đặt đầu ra đó, trẻ ngồi ở đâu cũng được nay chỗ này mai chỗ khác và làm gì tùy ý, tất cả nghịch lại với tật của trẻ AS là ngồi y một chỗ dành riêng cho mình năm này tháng kia không đổi và việc diễn tiến theo thứ tự định sẵn.

Thời gian chuyển mục (transition) cần được giới hạn tối thiểu khi có thể được, và chuẩn bị cho trẻ nếu cần. Thí dụ ở lớp thì trẻ được nhắc là hôm nay thứ ba do đó sau giờ ăn trưa là giờ toán, và trẻ cần đi ngay đến lớp toán khi có chuông chấm dứt giờ ăn. Học cách chấp nhận và chịu được thời gian chuyển mục là tiến trình từ từ, và trẻ làm quen sẽ có cải thiện.

Theo *'Asperger Syndrome & Your Child. A Parent's Guide'*

by Michael D.Powers with Janet Poland, 2002.