

TRỊ LIỆU NGHỆ THUẬT ĐỐI VỚI TRẺ TỰ KỶ - TIẾP CẬN TỪ GÓC NHÌN CỦA NGÀNH CÔNG TÁC XÃ HỘI

NGUYỄN THỊ PHƯƠNG THANH

Email: thanhctxh.nuae@gmail.com

Trường ĐHSP Nghệ thuật Trung ương

ART THERAPY FOR CHILDREN WITH AUTISM APPROACHES FROM THE PERSPECTIVE OF SOCIAL WORK

TÓM TẮT



ABSTRACT

Trị liệu nghệ thuật (Art therapy) là một lĩnh vực chăm sóc sức khỏe tâm thần, bằng cách sử dụng quá trình sáng tạo nghệ thuật để cải thiện và nâng cao thể chất, tinh thần và tình cảm của mọi người, ở mọi lứa tuổi. Đặc biệt, đối với trẻ em mắc chứng tự kỷ, liệu pháp nghệ thuật có thể là một cách thức tuyệt vời để mở cửa cho khả năng hòa nhập của trẻ tự kỷ, đây cũng là xu hướng tiếp cận mang lại nhiều khả năng bởi tính đặc thù ngành công tác xã hội hiện nay. Bài viết đề cập đến vai trò trị liệu nghệ thuật, các hình thức và phương pháp trị liệu nghệ thuật cơ bản thông qua hoạt động tranh vẽ của trẻ mắc chứng tự kỷ, từ đó góp phần nâng cao khả năng nhận thức và năng lực hành vi cho trẻ tự kỷ.

Từ khóa: Công tác xã hội, trị liệu nghệ thuật, trẻ tự kỷ

Art therapy is an area of mental health care that uses the creative process of art to improve and enhance the physical, mental and emotional well-being of people, of all ages year old. Especially, for children with autism, art therapy can be a great way to open the door to the integration of children with autism, this is also an approach that brings many positive effects because characteristics of the current social work profession. The article mentions the role of art therapy, basic forms and methods of art therapy through painting activities of children with autism, thereby contributing to improving cognitive ability and competence behavior for children with autism.

Keywords: Social work, art therapy, autistic children

1. Đặt vấn đề

Trị liệu nghệ thuật thực sự là một liệu pháp có ích, đáp ứng được với tất cả mọi đối tượng liệu pháp này được xem như một trong các cách sử dụng sáng tạo nghệ thuật để có thể tiếp cận và đến gần với sức khỏe tâm thần, giúp trẻ bảo vệ tốt tinh thần, thể chất, nâng cao năng lực nhận thức và hành vi. Khi được áp dụng liệu pháp này, trẻ tự kỷ sẽ được sử dụng phấn, cọ, bút để thể hiện một bức vẽ, thiết kế một món quà, một tấm thiệp hoặc viết những nét chữ thư pháp, cắt dán giấy,... Đây là cách tốt nhất để trẻ có thể thoải mái thể hiện những cảm xúc, suy nghĩ và những điều tiềm ẩn tận sâu trong tâm trí của mình mà không cần phải diễn đạt quá nhiều qua lời nói.

2. Những vấn đề cơ bản trị liệu nghệ thuật đối với trẻ tự kỷ

2.1. Lợi ích của trị liệu nghệ thuật đối với trẻ mắc chứng tự kỷ

Một là, giúp trẻ biểu đạt cảm xúc không cần dùng lời nói. Không phải lúc nào trẻ cũng có thể bộc lộ cảm

xúc, suy nghĩ của mình thông qua ngôn từ. Có những loại cảm xúc khó nói thành lời và không thể nào diễn đạt hết bằng câu chữ. Đây cũng là lý do vì sao mà trị liệu nghệ thuật lại được xem là một công cụ đóng vai trò quan trọng đối với việc sử dụng và phát triển cảm xúc. Nó có thể được áp dụng cho nhiều trường hợp khác nhau, đặc biệt là trẻ em chưa thể biết cách diễn ra suy nghĩ của mình thông qua lời nói.

Hai là, phát triển tốt kỹ năng đối phó lành mạnh.

Theo chia sẻ của các chuyên gia tâm lý thì nghệ thuật có thể giúp trẻ thay đổi tốt các phản ứng của mình đối với những sự kiện xảy ra xung quanh cuộc sống. Việc sử dụng các hình thức nghệ thuật khi trẻ đang phải trải qua một tình huống, cảm xúc đau buồn, tồi tệ sẽ giúp trẻ giải quyết tốt các vấn đề một cách tối ưu nhất.

Ba là, nâng cao sự tự tin và lòng tự trọng. Quá trình sáng tạo nghệ thuật sẽ cho phép bản thân trẻ được lắng nghe tiếng nói của trái tim và hiểu hơn về những điều mà mình mong muốn. Bên cạnh đó, trẻ có thể

EDUCATION

thỏa sức sáng tạo và tự do trong chính tác phẩm nghệ thuật mà mình tạo ra. Chính nhờ thế mà bản hiểu rõ hơn về giá trị của bản thân, từ đó gia tăng sự tự tin và nâng cao được lòng tự trọng của chính mình.

Bốn là, khám phá sự sáng tạo và trí tưởng tượng. Trẻ nghĩ rằng mình thực sự không có tài năng và không đủ năng lực để có thể sáng tạo và tưởng tượng ra những điều thú vị, mới mẻ. Tuy nhiên, khi áp dụng trị liệu nghệ thuật, trẻ hoàn toàn có thể khám phá ra những tiềm năng của bản thân mình, bạn có đủ khả năng để sáng tạo nếu bạn thực sự tập trung và dành tâm huyết cho nó.

Năm là, cải thiện kỹ năng vận động. Khi áp dụng liệu pháp nghệ thuật, trẻ cần phải sử dụng cơ thể để bộc lộ những điều mà bản thân mong muốn nhưng không thể nói bằng lời. Trẻ cần phải vận động và có sự phối hợp thể chất tốt để có thể vượt qua được rào cản của bản thân, đạt được mục tiêu nhất định của mình. Chính vì thế mà hình thức trị liệu này cũng rất phù hợp đối với những trẻ đang gặp phải khó khăn về quá trình thực hiện các động tác cơ thể hoặc bị cản trở khi phối hợp chúng với nhau.

Sáu là, nghệ thuật giúp thư giãn, giảm căng thẳng, lo lắng. Khi thực hiện các hoạt động nghệ thuật, trẻ sẽ dồn hết tâm trí để có thể cảm nhận và sáng tạo ra những tác phẩm của riêng mình. Chính nhờ đó mà não bộ bắt đầu được thư giãn, giảm bớt những căng thẳng, lo âu và phiền muộn, mang đến cảm giác thoải mái, vui vẻ và tràn đầy năng lượng. Bên cạnh đó, việc được chìm đắm trong không gian nghệ thuật cũng sẽ giúp trẻ có được một cảm giác an toàn, nhờ đó có thể dễ dàng xua tan những lo lắng, bất an trong cuộc sống.

2.2. Các hình thức trị liệu nghệ thuật cơ bản đối với trẻ mắc chứng tự kỷ

Trị liệu nghệ thuật được tiến hành với đa dạng nhiều hình thức khác nhau. Hầu hết những lĩnh vực nghệ thuật đều có thể áp dụng để trị liệu và khai thác, khám phá cảm xúc, tiềm thức bên trong của trẻ. Cụ thể một số hình thức thường được áp dụng như sau:

Vẽ tranh. Vẽ tranh là hình thức trị liệu nghệ thuật được áp dụng phổ biến nhất hiện nay. Với cách tiếp cận này, trẻ mắc chứng tự kỷ sẽ thoải mái và tự do trong việc sáng tạo ra bất cứ thứ gì mà bản thân mong muốn. Trẻ có thể thỏa sức sáng tạo và thể hiện những hình ảnh, màu sắc mà bản thân yêu thích.

Vẽ tranh chấm Trame: Phương pháp này sẽ sử dụng các loại dụng cụ như bút màu sáp, bút chì hoặc bút bi để vẽ những bức tranh tĩnh vật đơn giản hoặc những khối hình cụ thể. Trẻ sẽ bắt đầu bằng cách vẽ nhẹ bức hình mà mình mong muốn, sau đó dùng bút để chấm liên tục theo hình vẽ đó.

Vẽ tranh doodle art: Dụng cụ thường được sử dụng cho phương pháp này đó là bút bi và bút chì. Trẻ chọn cho mình một bức hình hoặc một chủ đề, nhân vật hay bất cứ thứ gì mà trẻ yêu thích. Bắt đầu vẽ lại điều đó một cách đơn giản nhất để tạo ra những bức hình di dỏm, đáng yêu.

Tô màu: Đối với những ai muốn hòa mình vào dòng chảy của màu sắc thì có thể lựa chọn việc trị liệu bằng các cuốn sách tô màu dành cho người lớn. Việc tập trung vào các màu sắc, tô từng chi tiết nhỏ sẽ giúp bạn xua tan những mệt mỏi, ưu phiền.

Cắt dán ảnh. Cắt dán ảnh cũng được đánh giá là một trong các hình thức trị liệu nghệ thuật hiệu quả mà nhiều người đã áp dụng thành công. Việc trẻ cần làm đó chính là tìm kiếm và thu thập các bức ảnh, tranh vẽ thể hiện được cảm xúc, mong muốn của bản thân để có thể cắt ghép và sắp xếp chúng lại với nhau, tạo ra một tác phẩm nghệ thuật mang đậm bản sắc riêng của mình.

Nghệ thuật số. Với sự phát triển vượt bậc của công nghệ, thời đại 4.0 hiện nay thì trẻ hoàn toàn có thể ứng dụng tốt các phần mềm tiện ích để phục vụ cho nhu cầu vẽ tranh, cắt ghép ảnh của mình. Nếu đã quen thuộc với bàn phím máy tính, chiếc điện thoại thông minh thì trẻ hoàn toàn có thể tải thêm các ứng dụng như MediBang Paint Pro, Adobe Photoshop, Paint để có thể thỏa sức sáng tạo nghệ thuật.

Dệt may. Thêu thùa may vá cũng được xem là một trong các hình thức trị liệu nghệ thuật hiệu quả. Trẻ có thể sử dụng kim, chỉ, vải để tạo ra những vật dụng, bức tranh, kiểu quần áo mà mình yêu thích. Việc sử dụng vải để tạo ra tác phẩm nghệ thuật sẽ giúp bạn cảm nhận rõ hơn về sự mềm mại, thướt tha mà những trang giấy bút khó có thể mang đến được.

2.3. Một số phương pháp tiến hành trị liệu nghệ thuật đối với trẻ tự kỷ

Các buổi Art therapy có thể được thực hiện trong 60 - 90 phút dưới hình thức cá nhân hoặc hình thức nhóm. Nhà trị liệu và trẻ vẫn có sự trao đổi, chia sẻ thông qua từng hoạt động, từng bước tiến hành để có sự thấu hiểu nhau hơn. Tùy thuộc vào nhu cầu, tình trạng của trẻ mà nhà trị liệu sẽ sắp xếp các hoạt động và hình thức đáp ứng phù hợp để mang lại cảm giác thoải mái, tích cực nhất

Nhà trị liệu có thể yêu cầu trẻ chia sẻ về cảm xúc trước/sau khi hoàn thành tác phẩm; giới thiệu về tác phẩm (Chẳng hạn như chủ đề, ý nghĩa, cách thực hiện như thế nào) và cùng bàn luận về nó. Không gian thực hiện các tác phẩm nghệ thuật cũng được thiết kế phù hợp sao cho người tham gia thực sự thoải mái, thỏa sức phát triển sự sáng tạo theo đúng cảm nhận,

EDUCATION

suy nghĩ mà không bị tác động bởi các yếu tố bên ngoài.

Trẻ không bắt buộc phải hoàn thành 1 tác phẩm trong 1 buổi mà có thể chia thành nhiều phiên. Cũng có những buổi trị liệu mà bạn không cần trực tiếp vẽ, trực tiếp thực hiện các tác phẩm nghệ thuật mà chỉ cần cùng ngồi bàn luận với nhà trị liệu về một hình ảnh hay một tác phẩm nào đó. Tùy theo những thay đổi qua từng buổi trị liệu, chuyên gia sẽ sắp xếp các hoạt động thích hợp để giải quyết tối đa các nút thắt khó gỡ bỏ trong tâm trí trẻ.

Đối với phương pháp vẽ tranh chấm Trame
Dụng cụ: bút chì, bút màu sáp, bút bi, giấy trắng, tranh tĩnh vật đơn giản

Cách vẽ: Trẻ có thể chọn cho mình một trong 3 loại bút trên, sau đó chọn cho mình một bức tranh tĩnh vật hoặc bất kỳ một bức tranh đơn giản nào mà trẻ thích. Hoặc đơn giản chỉ cần vẽ hình khối nếu như trẻ không biết vẽ. Tiếp đến, trẻ hãy cầm bút vẽ nhẹ hình mà trẻ thích, sau đó chấm liên tục theo hình vẽ. Các chấm có sự liên kết với nhau, tập trung tâm trí vào những điểm chấm, cũng như lực của cánh tay khi chấm để tạo độ đậm nhạt cho nét chấm. Khoảng cách của các chấm liên tục và dày đặc sẽ tạo ra điểm tối, còn các nét chấm xa nhau, nhẹ dần sẽ tạo ra điểm sáng cho hình ảnh mà trẻ vẽ.

Đối với phương pháp vẽ tranh doodle art
Với nguyên liệu là những đường nét và màu sắc tối giản, tranh doodle mang lối miêu tả nhân vật dễ thương, được vẽ cách điệu ngẫu hứng hoặc các hoa văn, con chữ. Với doodle art bạn chỉ cần dùng bút bi, bút chì hoặc phấn bảng, vẽ trên bảng, trên sổ hoặc thậm chí trên giấy ăn, vẽ bất cứ thứ gì để tạo nên một tác phẩm. Như cái nhìn của trẻ nhỏ kết hợp với lời minh họa dí dỏm khiến bức tranh toát lên sự vui tươi và hài hước.

Dụng cụ: Bút chì hoặc bút bi, màu, giấy

Cách vẽ: Bạn chọn cho mình một chủ đề hoặc một hình ảnh, nhân vật hoặc bất cứ điều gì mà bạn yêu thích. Vẽ lại hình ảnh một cách đơn giản và nguệch ngoạc với chủ đề vui nhộn, dí dỏm nhất có thể. Sáng tạo thêm lời minh họa đi kèm và tô màu kết thúc bức tranh.

3. Kết luận

Để chứng tự kỷ có thể được đẩy lùi đòi hỏi mỗi gia đình có con em mắc chứng này kiên nhẫn tìm các biện pháp giáo dục phù hợp. Nghệ thuật, với sức mạnh vô biên của nó, không chỉ nâng đỡ đời sống tinh thần của những người bình thường, mà còn làm thay đổi cuộc đời của người tự kỷ. Đồng thời, đã đến lúc toàn xã hội nói chung, ngành công tác xã hội nói riêng cần dành sự quan tâm nhiều hơn đến trẻ tự kỷ

cũng như các gia đình đang phải vượt qua cảnh ngộ khó khăn khi có trẻ tự kỷ, đem đến tương lai tươi sáng với những trẻ không may mắc phải chứng bệnh này. Để họ có thể hòa nhập cộng đồng, sống, lao động và cống hiến sức mình, không trở thành gánh nặng cho gia đình cũng như toàn xã hội.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

[1] Bộ Giáo dục và Đào tạo (2005), *Giáo dục hòa nhập trẻ khuyết tật bậc tiểu học*, Dự án phát triển giáo viên tiểu học, Hà Nội.

[2] Bộ Giáo dục và Đào tạo (2009), *Một số kỹ năng dạy trẻ có hành vi tự kỷ trong lớp học hòa nhập*, Dự án phát triển giáo viên tiểu học, NXB Hà Nội

[3] Khoa PHCN Bệnh viện Bạch Mai, Hà Nội, Việt Nam, *Giao tiếp với trẻ em*, Tài liệu huấn luyện ngôn ngữ

[4] Nguyễn Thị Kim Hiền (2009), *Giáo dục hòa nhập trẻ khuyết tật ngôn ngữ cấp tiểu học*.

[5] Phạm Thị Mơ (2006), *Đề cương bài giảng Giao tiếp sư phạm trong giáo dục đặc biệt*, ĐHSP Đà Nẵng,

[6] Võ Nguyễn Tinh Vân và nhóm hỗ trợ Phụ huynh có con khuyết tật & Chậm phát triển (2006), *Tự kỷ và trị liệu (Autism and Treatments A Guide for Parents)*, Tài liệu do nhóm hỗ trợ Phụ huynh có con khuyết tật & Chậm phát triển tại NSW – Úc Châu thực hiện.

[7] Vũ Thị Bích Hạnh (2007), *Tự kỷ - Phát hiện và can thiệp sớm*, NXB Y học