

# Phát triển kỹ năng sống độc lập cho học sinh rối loạn phổ tự kỷ học hòa nhập lớp 1

Nguyễn Thị Xuân\*, Trần Thị Bích Ngọc\*

\*Trường ĐH Sư phạm Hà Nội

Received: 19/12/2023; Accepted: 22/12/2023; Published: 26/12/2023

**Abstract:** Due to core difficulties in students with Autism Spectrum Disorders (ASD) and for those accessing grade 1 with very new and unexpected environment, developing independent living skills (ILS) is significantly important. Whereas, various groups of those skills are often not attracted by teachers and caregivers in teaching and formulating other skills such as cognition and language. The article firstly aims to review some practical and theoretical issues about ILS and developing ILS for students with ASD learning at 1st grade in inclusive classrooms, then evaluating the result of a research for 30 inclusive educators. It also proposes four strategies on how to develop ILS for 1st grade students with ASD in inclusive primary school.

**Keywords:** Independent living skills, autism spectrum disorders, inclusive education

## 1. Đặt vấn đề

Rối loạn phổ tự kỷ (RLPTK) là một loại khuyết tật phát triển tồn tại suốt đời, đặc trưng bởi khiếm khuyết chất lượng tương tác xã hội, giao tiếp và các biểu hiện hành vi, sở thích định hình, lặp khuôn, lặp đi lặp lại. Tổ chức Y tế Thế giới (WHO) năm 2014 cho biết, cứ 160 trẻ thì có 1 trẻ có RLPTK. Ước tính tỷ lệ trẻ RLPTK ở Việt Nam dao động trong khoảng 0,5% đến 1%.

Trẻ RLPTK vốn có những khó khăn trước sự chuyển tiếp hoặc làm quen với những điều mới lạ, khi bước vào lớp 1 sẽ bước sang một giai đoạn mới có một lối sống, hoạt động mới, mối quan hệ mới. Học sinh RLPTK lớp 1 bắt đầu làm quen với việc tự lập, do đó việc hình thành và phát triển kỹ năng sống độc lập (SDL) ở giai đoạn đầu cấp tiểu học là vô cùng cần thiết, mang tính nhân văn và góp phần giảm thiểu gánh nặng cho gia đình và xã hội. Vì vậy, phát triển kỹ năng SDL là một trong những bước cơ bản giúp học sinh RLPTK hướng tới một cuộc sống tự lập sau này.

Trong thực tế, dạy học và phát triển KN sống độc lập (KNSĐL) cho trẻ RLPTK không được quan tâm bằng dạy nhận thức, ngôn ngữ... Nhiều HS được bố mẹ, gia đình cung cấp chiều phục vụ nên có thói quen ỷ lại và phát sinh hành vi xấu đối với GV hoặc NVHT trên lớp. Nhiều em thiếu KNSĐL, thời gian chú ý ngắn, khó tập trung, dễ phân tán, hay có những hành vi chống đối và không hiểu được các yêu cầu của GV, bùng nổ cảm xúc và thích tự làm theo ý mình nên việc rèn luyện KN này gặp nhiều khó khăn. Với

đặc điểm như trên, GV và những người chăm sóc trẻ là những người chịu trách nhiệm trang bị KNSĐL cho RLPTK cần có thời gian, sự kiên trì mới có thể giúp trẻ tiếp cận và hiểu được. Vì vậy, việc lựa chọn biện pháp hỗ trợ HS phát triển KNSĐL được xem là kim chỉ nam cho gia đình và GV, nhân viên trong việc dạy KNSĐL cho HS RLPTK, góp phần giúp những GV tại trường hoà nhập giảm tải áp lực khi dạy và giáo dục HS RLPTK.

## 2. Nội dung nghiên cứu

### 2.1. Kỹ năng sống độc lập và phát triển kỹ năng sống độc lập cho học sinh rối loạn phổ tự kỷ học hoà nhập

Kỹ năng sống độc lập

KNSĐL là KN quan trọng và thực sự cần thiết với học sinh RLPTK đặc biệt là trẻ mới bước vào lớp 1 vốn rất khó khăn trong việc làm quen với môi trường mới. UNESCO cho rằng KN sống là “năng lực của mỗi cá nhân để thực thi đầy đủ các công dụng và tham gia vào cuộc sống thường nhật”. “Cẩm nang can thiệp sớm cho RLPTK” cho rằng KNSĐL là bất kỳ KN cần thiết để tham gia thành công và hiệu quả nhiều hoạt động khác nhau mà không cần người chăm sóc nhắc nhở. Từ đó có thể thấy: KNSĐL là năng lực hay khả năng chuyên biệt của một cá nhân về một hoặc nhiều khía cạnh nào đó được sử dụng để giải quyết những tình huống hay công việc phục vụ cho nhu cầu cá nhân như ăn uống, tự đi vệ sinh, tắm rửa,....

Phát triển KN sống độc lập cho học sinh RLPTK học hoà nhập

Đối với trẻ RLPTK hay những trẻ rối loạn phát triển khác, KNSĐL là sự đan xen của các kỹ năng, gồm: KN tự chăm sóc bản thân (đi vệ sinh, đánh răng, rửa tay,...), KN trong sinh hoạt hàng ngày (tự chuẩn bị bữa ăn), KN làm việc (hoàn thành công việc, làm bài tập về nhà)

HS RLPTK lớp 1 gặp nhiều khó khăn để thích nghi với những thay đổi, nhưng lại cần phải có các KN tự lập như biết đi vệ sinh đúng nơi quy định, rửa tay bằng xà phòng, bảo vệ đồ dùng cá nhân,... Hơn nữa, bản thân chương trình giáo dục phổ thông 2018 của Bộ GD&ĐT cũng quy định các KN cơ bản mà trẻ ở độ tuổi lớp 1 tuổi cần đạt là KN thích ứng với môi trường, năng lực tự chủ và tự học.

Sự khiếm khuyết về ngôn ngữ và tương tác xã hội khiến cho các hoạt động liên quan đến KNSĐL của HS RLPTK gặp nhiều khó khăn trong việc thể hiện nhu cầu, suy nghĩ của bản thân, có những cách giao tiếp không phù hợp với quy tắc thông thường, ví dụ em muốn đi vệ sinh nhưng lại không biết tự đi, không biết cách nhờ mọi người giúp đỡ mà đi tại chỗ, em không biết lấy đúng sách vở của môn học, ném sách vở hoặc xé chúng,... Từ đó dẫn tới việc em không có bạn bè, thường xuyên bị trêu chọc, bắt nạt và thậm chí là bị đuổi học.

KNSĐL của HS RLPTK lớp 1 có sự khác nhau tùy vào đặc điểm và khả năng của từng trẻ. Đối với những trẻ có khả năng bắt chước tốt hành động của người khác, việc giáo dục, hình thành và phát triển các KNSĐL ở các em sẽ dễ dàng và nhanh chóng hơn. Đối với những HS có hành vi rập khuôn, định hình thì việc thích nghi và làm quen với một môi trường mới sẽ rất khó khăn và sẽ có những hành vi chống đối khi không muốn thực hiện.

Nguồn nhân lực giúp hỗ trợ phát triển KNSĐL cho HSRLPTK ở trường tiểu học hoà nhập đó là: GV hoà nhập, NV hỗ trợ, bạn học và nhóm bạn, nhân viên y tế... Những KN này có thể được thực hiện trong giờ học, trong giờ ăn, trong khi đi vệ sinh cá nhân, trong giờ chơi, trong giờ hoạt động giáo dục ngoài giờ lên lớp...

Những nghiên cứu về phát triển KN sống độc lập cho HS rối loạn phổ tự kỷ đi học hoà nhập

Trên thế giới, cũng đã có nghiên cứu về phát triển KNSĐL cho HS RLPTK. Trong cuốn “Cẩm nang can thiệp sớm rối loạn phổ tự kỷ”, Johnny L. Matson, Đại học bang Louisiana, Hoa Kỳ, chương 19 “Dạy KNSĐL cho trẻ mắc chứng tự kỷ” xác định các KNSĐL và những thách thức liên quan đến sự độc lập ở trẻ RLPTK, dạy KNSĐL, đề xuất các chiến

lược giảng dạy có thể tăng cường chức năng độc lập tổng thể ở các cá nhân RLPTK và đưa ra một số KN cần thiết. Trong “KN tự giúp đỡ cho những người mắc chứng tự kỷ”, Anderson và các cộng sự cung cấp một cách tiếp cận có hệ thống theo ABA để dạy các KNSĐL cho trẻ RLPTK với mức độ KN từ 24 tháng và những năm đầu tuổi thiếu niên. Họ đã có hướng dẫn thực tế để giúp gia đình và các nhà giáo dục trẻ RLPTK trong các lĩnh vực ăn uống, đi vệ sinh và vệ sinh cá nhân; cung cấp, mô tả chi tiết, thân thiện với người dùng về ứng dụng hành vi của việc dạy học có cấu trúc các KN tự lập; cung cấp lời khuyên thiết thực và các công cụ đơn giản cho phép cha mẹ và các nhà giáo dục dạy trẻ RLPTK sống độc lập hiệu quả. “Thang đo KNSĐL của PLANEIA: Phát triển và xác nhận” của nhóm tác giả thuộc đại học Oviedo và đại học Nebrija với nghiên cứu phát triển và xác nhận thang đo KNSĐL của PLANEIA, một công cụ được tạo ra từ Chương trình Plana nhằm phát triển các KNSĐL ở những người trẻ tuổi tại khu dân cư.

Tại VN, chương trình “Tăng cường năng lực phục hồi chức năng dựa vào cộng đồng” giữa Bộ Y tế và Ủy ban Y tế Hà Lan được thực hiện. Tài liệu Hướng dẫn thực hiện PHCN dựa vào cộng đồng (2008) của Bộ Y tế chỉ rõ các bước tiến hành lập kế hoạch, thực hiện và giám sát PHCN dựa vào cộng đồng. Tài liệu số 15 của bộ tài liệu trên đã đề xuất các hướng can thiệp và phục hồi chức năng cho trẻ RLPTK gồm: Huấn luyện các KN giao tiếp sớm và ngôn ngữ trị liệu, trong đó đề cập đến chương trình huấn luyện 3 mức độ (ban đầu, vừa và cao) về các KN chú ý, bắt chước, tiếp nhận ngôn ngữ, thể hiện ngôn ngữ, KN trước khi đến trường, KN tự chăm sóc

“Chuyên đề: Nuôi dạy trẻ tự kỷ” tạp chí Sức khỏe đã đưa ra một ví dụ điển hình về dạy con RLPTK các KNSĐL và chia KN này thành nhiều nhóm KN nhỏ như: KN sống cơ bản, KN chức năng, KN làm việc, KN giải trí, KN giao tiếp xã hội,... các nhóm KN này lại được chia thành nhiều nhóm nhỏ. Việc chia nhỏ KNSĐL giúp cha mẹ dễ dàng giáo dục con cái và là “thước đo” để đánh giá sự tiến bộ của trẻ.

Thực trạng thực hiện phát triển KN sống độc lập cho HS rối loạn phổ tự kỷ học hoà nhập

Khảo sát trên 30 GV dạy HSRLPTK cấp tiểu học tại một số trường TH ở Hà Nội cho thấy 100% GV nhận thấy KNSĐL là quan trọng (20%) và rất quan trọng (80%) đối với HSRLPTK lớp 1 học hòa nhập.

Yêu cầu về việc thành thạo các KNSĐL cho HSRLPTK học lớp 1 hoà nhập không chỉ là những KN cơ bản như: đi vệ sinh, rửa tay, ăn uống... mà

thêm vào đó, phải có thêm KN khác: tuân thủ các nội quy tại môi trường tiểu học và tham gia vào quá trình học tập... Nếu thiếu hụt hoặc chưa thành thạo các KN này sẽ khiến quá trình sống độc lập của học sinh RLPTK gặp nhiều khó khăn và mất nhiều thời gian. Theo khảo sát, 100% GV và NV hỗ trợ đều cho rằng HS RLPTK lớp 1 gặp khó khăn ở cả 15 KNSĐL được khảo sát, trong đó KN chiếm tỉ lệ cao nhất 16,7% là *Tham gia làm việc nhóm cùng các bạn* và *Biết cách xử lý khi gặp phải tình huống có vấn đề* ví dụ: *quần áo, giày dép bị bẩn, bị bạn trêu, bút hết mực...* Mức độ hoàn thành với 90% sự giúp đỡ chiếm tỉ lệ cao nhất là *Cất đồ dùng học tập* và *Biết ra sân chơi khi kết thúc giờ học* (20%). Mức độ thực hiện độc lập chiếm tỉ lệ cao nhất là *Đi vệ sinh, Rửa tay và Vào đúng lớp* (26,7%)

Hầu hết GV và NVHT đều kết hợp sử dụng các biện pháp hỗ trợ khi dạy các KNSĐL cho học sinh RLPTK lớp 1 là *Hỗ trợ thể chất toàn phần* (40%), *Hỗ trợ thể chất 1 phần* (73,3%), *Hỗ trợ bằng cử chỉ điệu bộ* (53,3%), *Hỗ trợ bằng hình ảnh, biểu tượng* (60%) và 10% lựa chọn các biện pháp khác. Các phương pháp *PP trực quan* (66,7%), *PP làm mẫu* (80%), *PP dùng lời* (73,3%) và *PP khác* (20%) cũng được GV và NVHT sử dụng kết hợp trong quá trình giáo dục KNSĐL cho HSRLPTK lớp 1.

Biện pháp phát triển KN sống độc lập cho HS rối loạn phổ tự kỷ học hoà nhập

Sử dụng phương pháp dạy học phù hợp nhằm phát triển KNSĐL cho HSRLPTK lớp 1. Các PP dạy học đặc thù phù hợp đó là: sử dụng thẻ tranh, xâu chuỗi, phân tích nhiệm vụ, PP dạy học đề cao tính chủ động học tập của HS như: thảo luận nhóm, trò chơi, sắm vai, dự án... Đa dạng các hình thức dạy học cá nhân, nhóm, toàn lớp trong các hoạt động tập thể, hoạt động trên lớp.

(ii) Phát triển môi trường GD tích cực tạo điều kiện phát triển KNSĐL cho HSRLPTK lớp 1. Phát triển môi trường GD tích cực là cải thiện yếu tố về vật chất và tinh thần ảnh hưởng đến quá trình học tập của HS RLPTK như: không gian lớp học, thiết bị dạy học, không khí trong lớp học, các mối quan hệ trong lớp học: GV-HS, HS-HS, HS-HSRLPTK, NVHT-HSRLPTK, GV-NVHT; trình độ chuyên môn và KN sư phạm của người dạy,...

(iii) Tăng cường phối kết hợp trong quá trình GD và phát triển KNSĐL cho học sinh RLPTK lớp 1. Dựa trên đặc điểm của từng trẻ RLPTK, GV và NVHT sẽ cùng nhau xây dựng kế hoạch GD cá nhân và hỗ trợ trẻ ở các khía cạnh như: chăm sóc, dạy KN

xã hội, quản lý hành vi và các chức năng nhận thức. Phân công và thống nhất nhiệm vụ cụ thể để hỗ trợ cho HSRLPTK trong quá trình dạy học và các hoạt động khác trong nhà trường. Ví dụ GV sẽ có trách nhiệm phát triển các KNSĐL của HS trong lớp học, các tiết dạy KN sống và hoạt động trải nghiệm, còn NVHT giúp GV giám sát và hỗ trợ HS di chuyển, tham gia các hoạt động trong suốt quá trình mà HS thực hiện hoạt động của mình, ví dụ: trong giờ ra chơi NV có thể hỗ trợ HS tham gia chơi cùng với nhóm bạn, khuyến khích trẻ nói lên được mong muốn của bản thân trong khi chơi cùng với các bạn và bày tỏ cảm xúc cho phù hợp.

(iv) Xây dựng Vòng tay bè bạn để giúp HSRLPTK lớp 1 học hoà nhập học tập các KNSĐL. Vòng tay bạn bè có thể giúp HSRLPTK phát triển KNSĐL như: GV, NVHT hướng dẫn các bạn trong nhóm hỗ trợ HSRLPTK cùng tham gia vào tất cả các hoạt động học tập, vui chơi, lao động, chăm sóc sức khỏe. HS chủ động trò chuyện, giúp đỡ tạo khoảng cách gần để HSRLPTK có thể tự tin hơn trong khi chơi. GV có thể tăng cường vai trò lãnh đạo và điều phối các hoạt động cho HSRLPTK. Ví dụ GV phân công cho HS một chức vụ lãnh đạo rửa tay phân công cụ thể nhắc nhở các bạn rửa tay, lãnh đạo vệ sinh lớp học, phân công nhiệm vụ nhắc nhở các bạn giữ vệ sinh tại vị trí ngồi, bỏ rác vào thùng nếu trong lớp có rác,....; Cử một bạn HS trong lớp quan tâm, nhắc nhở học sinh RLPTK thực hiện các công việc cùng các bạn trong lớp.

### 3. Kết luận

Một trong những lĩnh vực cần phát triển cho trẻ RLPTK lớp 1 tham gia học hòa nhập là phát triển KNSĐL. Thông qua việc phát triển KNSĐL giai đầu cấp tiểu học các trẻ có tiền đề để học các KNSĐL cao hơn phù hợp và tối đa với sự phát triển của trẻ để giúp trẻ có thể sống tự lập trong tương lai.

Từ nghiên cứu lí luận thấy rằng trên thế giới và VN đã chỉ ra việc phát triển KNSĐL cho trẻ là một trong những vấn đề đáng quan tâm trong quá trình GD trẻ RLPTK. Tuy nhiên, ở VN hiện nay các biện pháp hay chương trình phát triển KNSĐL cho trẻ RLPTK chưa nhiều.

### Tài liệu tham khảo

[1] Mai Thị Phương (2022), *Chuẩn bị sẵn sàng cho trẻ RLPTK vào trường Tiểu học*, Tạp chí KHGDVN. Hà Nội

[2] Nguyễn Thị Hoàng Yến (2015), *Nghiên cứu biện pháp can thiệp sớm và giáo dục hòa nhập cho trẻ RLPTK ở nước ta hiện nay và trong giai đoạn 2011 – 2020*, Đề tài khoa học cấp Nhà nước. Hà Nội