

Trẻ em trong gia đình

Cuốn 3

*Cách nuôi dạy và giúp trẻ khuyết tật
phát triển có thể chung sống trong cộng đồng*



Sasaki Masami

Minh họa: Yamawaki Yuriko

Dịch giả: Mộc Hương

Bộ sách
Trẻ em trong gia đình



Trẻ em trong gia đình

Cuốn 3

Nhà xuất bản Lao động
175 Giảng Võ - Đống Đa - Hà Nội
Tel: (04) 3851 5380
Fax: (04) 3851 5381
Website: www.nxbldong.com.vn

Công ty Cổ phần Sách Thái Hà
119 C5 Tô Hiệu - Cầu Giấy - Hà Nội
Tel: (04) 3793 0480
Fax: (04) 6287 3238
Website: www.thaihabooks.com

Chịu trách nhiệm xuất bản: Võ Thị Kim Thanh

Biên tập: Lê Thị Hằng

Trình bày: Đàm Oanh

Sửa bản in: Mỹ Hạnh - Thanh Minh

Thiết kế bìa: Cẩm Châu

Warm Look Toward Children – the Final Edition by Masami Sasaki and Yuriko Yamawaki

Text © Masami Sasaki 2011

Illustrations © Yuriko Yamawaki 1998, 2001, 2011

Original published by Fukuinkan Shoten Publishers, Inc., Tokyo, Japan, in 1998 under the title of KAN KODOMO E NO MANAZASHI

The Vietnamese language rights arranged with Fukuinkan Shoten Publishers, Inc., Tokyo.

All rights reserved.

Bản quyền tiếng Việt © 2016, Công ty Cổ phần Sách Thái Hà

Cuốn sách được xuất bản theo hợp đồng bản quyền giữa Fukuinkan Shoten Publishers, Inc., Tokyo và Công ty Cổ phần Sách Thái Hà.

Không phần nào trong cuốn sách này được sao chép hoặc chuyển sang bất cứ dạng thức hoặc phương tiện nào, dù là điện tử, in ấn, ghi âm hay bất cứ hệ thống phục hồi và lưu trữ thông tin nào nếu không có sự cho phép bằng văn bản của Công ty Cổ phần Sách Thái Hà.

Biên mục trên xuất bản phẩm của Thư viện Quốc gia Việt Nam

Sasaki Masami

Trẻ em trong gia đình / Sasaki Masami ; Mộc Hương dịch ; Minh họa: Yamawaki Yuriko. - H. : Lao động ; Công ty Sách Thái Hà. - 20cm

Tên sách tiếng Nhật: 完 子どもへの?まなざし

Cuốn 3: Cách nuôi dạy và giúp trẻ khuyết tật phát triển có thể cùng chung sống trong cộng đồng. - 2016. - 320tr.

ISBN: 9786045959459

1. Giáo dục gia đình 2. Nuôi dạy trẻ 3. Trẻ khuyết tật

649.151 - dc23

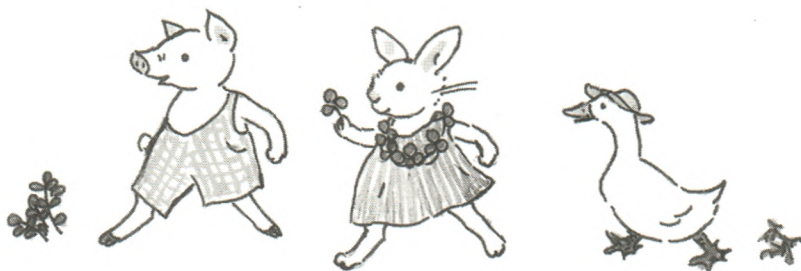
LDH0110p-CIP

In 2.000 cuốn, khổ 16x20 cm tại Công ty Cổ phần In - TM Prima, địa chỉ: Số 35 ngõ 93 Hoàng Quốc Việt, Cầu Giấy, Hà Nội. Số đăng ký KHXB: 572-2016/CXBIPH/16-42/LĐ. Quyết định xuất bản số: 409/QĐ-NXBLĐ cấp ngày 12/4/2016. In xong và nộp lưu chiểu Quý II/2016.

Trẻ em trong gia đình

Cuốn **3**

*Cách nuôi dạy và giúp trẻ khuyết tật phát triển
có thể cùng chung sống trong cộng đồng*



Sasaki Masami

Minh họa: Yamawaki Yuriko

Dịch giả: Mộc Hương

Mục lục

Chương 1:	Mối quan hệ của con người với nhau và những thay đổi trong xã hội	7
Chương 2:	Sự phát triển và những vấn đề trong các mối quan hệ con người	59
Chương 3:	Từ khóa trong việc nuôi dạy trẻ	109
Chương 4:	Vấn đề khuyết tật phát triển	131
Chương 5:	Đặc điểm của người khuyết tật phát triển	149
Chương 6:	Thấu hiểu người khuyết tật phát triển	205
Chương 7:	Thực tế của việc chăm sóc và giáo dục trẻ khuyết tật phát triển	229
Chương 8:	Tiếng nói của người tự kỷ và những người thân trong gia đình	255
Chương 9:	TEACCH	273
Chương 10:	Những điều học được, những điều nhớ lại	289

Chương 1

Mối quan hệ của con người với nhau và những thay đổi trong xã hội



XÃ HỘI DẪN MẤT ĐI MỐI QUAN HỆ GIỮA NGƯỜI VÀ NGƯỜI

Một phút nhìn lại lối sống theo chủ nghĩa cá nhân

Tháng 8 năm 1945, khi nước Nhật đang chuẩn bị đón nhận thất bại nặng nề, tôi mới 10 tuổi và đang học lớp 4. Tôi từng kinh qua thời hậu chiến đói khát và loạn lạc, trải qua thời kì tăng trưởng kinh tế cao độ, nền kinh tế bong bóng và cả giai đoạn khủng hoảng kinh tế. Trong suốt thời gian đó, xã hội Nhật đã có rất nhiều biến chuyển. Hãy cùng tôi nhìn lại và suy ngẫm về những thay đổi của xã hội và con người Nhật từ trước chiến tranh đến sau khi chiến tranh kết thúc.

Trong xã hội phong kiến trước thế chiến, hầu hết người dân Nhật đều bị ràng buộc trong thể chế gia đình. Họ không thể nghĩ về một cách sống cho riêng mình và càng không thể tự do sống theo cách đó. Đặc biệt, có thể nói phụ nữ không hề có nhân quyền. Sau chiến tranh, hiến pháp đặt quyền công dân lên hàng đầu, đặc biệt nhấn mạnh vào bình đẳng nam nữ. Theo tôi, đó là một điều rất tốt.

Sau đó, dần dần suy nghĩ dân chủ đã bắt rễ và ăn sâu vào xã hội, khiến cho mỗi người chúng ta dù tốt hay xấu đều coi trọng bản thân hơn hết thảy. Phần đông người dân Nhật đều mưu cầu



về một lối sống theo chủ nghĩa cá nhân nơi cái tôi của họ được trân trọng. Thế nhưng, vấn đề nảy sinh từ một góc độ khác. Khi một người theo chủ nghĩa cá nhân mà chỉ biết coi trọng bản thân mình, không quan tâm đến cái tôi của những người xung quanh thì chủ nghĩa cá nhân đó sẽ biến thành chủ nghĩa vị kỉ, chủ nghĩa tôn thờ bản thân. Thật khó mà phân định được rõ ràng ranh giới giữa chủ nghĩa cá nhân lành mạnh và chủ nghĩa vị kỉ. Một lúc nào đó, ngay cả chính chúng ta cũng không nhận ra rằng mình đã dần trở nên coi trọng những mục tiêu trong cuộc sống của bản thân hơn tất cả. Lẽ dĩ nhiên, ở một mức độ, tôi hoàn toàn tán thành việc bạn muốn học cái này, làm công việc kia, muốn kết hôn hay thích sinh con hay không... Tuy nhiên theo tôi việc dưỡng dục con cái là điều mà người theo chủ nghĩa cá nhân sẽ không bao giờ làm được. Bởi để nuôi nấng một đứa trẻ, trước hết, là phải yêu thương trẻ theo cách mà trẻ mong muốn. Đặc biệt, một đứa trẻ đỏ hỏn không thể tự mình làm được điều gì sẽ có rất nhiều mong muốn. Trẻ khóc thét lên đòi bú, trẻ cảm thấy khó chịu vì không được thay tã, trẻ muốn được bế ẵm trên tay, muốn được vỗ về,

muốn được chơi cùng... Những lúc như thế, bố mẹ phải thay đổi nếp sống của mình để đáp ứng những điều bé muốn.

Thế nhưng, các bậc cha mẹ ngày nay thường ưu tiên mục đích sống của mình hơn. Họ bằng mọi giá cố gắng không thay đổi nhịp sống của mình khi nuôi dạy con trẻ. Như thế, không phải họ đang yêu thương trẻ theo cách trẻ muốn mà họ đang biến đứa trẻ trở thành người như họ mong muốn. Chẳng hạn, các ông bố bà mẹ muốn con mình không khóc vào ban đêm, ăn dặm đúng bữa, không làm bẩn tã lót... Những cảm xúc đó đều được họ thể hiện một cách mạnh mẽ. Tiêu cực hơn, ngày càng có nhiều người bị căng thẳng khi nuôi con, họ nghĩ rằng “vì có con nên mình không thể sống hết mình được”. Những ông bố, bà mẹ như vậy sẽ làm cho trẻ không thể phát triển khỏe mạnh và vui vẻ được.

Nói đến điều quan trọng nhất để trẻ phát triển khỏe mạnh và vui vẻ, tôi cho rằng đó chính là các mối quan hệ trong xã hội. Mà các mối quan hệ trong xã hội sẽ dần được hình thành thông qua việc bé tin tưởng vào mẹ. Các bé được mẹ yêu thương theo cách mà bé muốn thường sẽ có được sự tin tưởng hết mực với người mà bé gặp đầu tiên (thường là mẹ hoặc ai đó thay cho vai trò của mẹ). Từ đó, bé sẽ tin tưởng và tự tin vào bản thân mình. Và rồi khi được gặp bố, ông bà nội ngoại, hàng xóm láng giềng, tự nhiên bé sẽ hình thành niềm tin vững chắc với nhiều người khác.

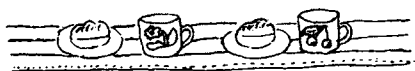
Niềm tin vào người khác, niềm tin vào chính bản thân mình là “niềm tin cơ bản” như Erikson đã nói, và chính “niềm tin cơ bản” này sẽ nuôi dưỡng tâm hồn bé và đóng một vai trò quan trọng trong các giai đoạn phát triển sau này của bé.



Sống theo chủ nghĩa cá nhân không có nghĩa là tôn thờ bản thân mình

Giá trị của chủ nghĩa cá nhân vốn dĩ bắt nguồn từ việc trân trọng cảm xúc của những người xung quanh. Nhưng theo thời gian, thay vì quan tâm đến cảm xúc của người xung quanh thì người ta quan tâm nhiều hơn đến những mục tiêu phấn đấu và quyền lợi của bản thân mình. Dần dà điều này hình thành nên xu hướng coi mình là trung tâm của vũ trụ. Trong cuộc sống, khi có những điều không mong muốn xảy đến hay khi những nhu cầu của bản thân không được đáp ứng, người Nhật thường có tâm lí bao biện bằng những lý do ngoài bản thân mình như do giáo dục, xã hội hay chính trị. Từ đó, suy nghĩ coi mình là trung tâm đang dần trở nên phổ biến trong con người Nhật Bản. Đây là một sự thật không thể chối cãi.

Hơn nữa, người sống theo kiểu coi mình là trung tâm thường không giỏi trong việc khẳng định những nhu cầu, mong muốn của bản thân một cách mạnh mẽ, cũng như khó lòng đón nhận những yêu cầu từ người khác. Song họ lại có một khát khao to lớn là được người khác đón nhận mình. Dù họ luôn cảm thấy mối quan hệ với người khác thật phiền phức và luôn đặt cuộc sống của mình lên hàng đầu, nhưng khi bị người khác phê bình hoặc không đồng tình



thì họ lại cảm thấy bị tổn thương. Vì thế, họ bị coi là những người sống chỉ biết đến mình. Và lẽ tất nhiên, mối quan hệ giữa họ với người khác cũng không thể nào suôn sẻ được.

Cứ như vậy trong xã hội Nhật, quan hệ giữa các cá nhân ngày càng mỏng manh rồi trở nên dễ đổ vỡ. Không chỉ có quan hệ cá nhân mà ngay cả quan hệ cộng đồng như hàng xóm láng giềng cũng vậy. Thậm chí một nơi lẽ ra phải ấm áp, bình yên như gia đình cũng có những xáo trộn, mỗi thành viên đều quá coi trọng những kế hoạch riêng của mình vì thế tình cảm giữa cha mẹ và con cái cũng có nhiều thay đổi. Quan hệ giữa người với người trong xã hội Nhật dường như đã sụp đổ nhanh hơn rất nhiều lần so với những gì tôi từng tưởng tượng.

Khi những điều này cứ tiếp diễn trong mối quan hệ với cha mẹ, anh chị em, ông bà hay bạn bè, đồng nghiệp, hàng xóm và những người xung quanh, cuộc sống hàng ngày của họ rồi cũng trở nên chán nản, bế tắc mà thôi. Trong thực tế, xã hội Nhật ngày nay đang nảy sinh rất nhiều vấn đề như thế.

Ở một trường mầm non nọ, thầy hiệu trưởng đã phải đi thu tiền của những phụ huynh nộp học phí trễ cho con vào ngày Chủ

nhật nhưng không phải lúc nào cũng thu được. Theo thầy hiệu trưởng: “Nếu thực sự gia đình đó không có tiền thì tôi có thể hiểu được nhưng họ đều mua xe ô tô mới hay đi du lịch nước ngoài. Trong khi đó, việc chăm sóc con cái thì họ lại không chu toàn nên nhà trường đã phải rất vất vả và mất nhiều công sức hơn so với các em khác”.

Tôi cũng đã từng được nghe một bác sĩ tư vấn tâm lý kể rằng khi cô giáo thông báo về trường hợp trẻ gây rắc rối ở trường, phụ huynh nọ lại nổi giận kêu lên: “Tại sao chỉ mỗi mình con tôi bị nhắc nhở? Ngoài con tôi ra chắc hẳn phải còn nhiều em khác đáng bị nhắc nhở hơn chứ?”. Lí do chính đằng sau hiện tượng này là do chúng ta đang dần thay đổi, trở thành những con người vị kỷ, luôn coi bản thân mình là trên hết.

Liên quan đến vấn đề này, tôi đã học được một điều từ một học sinh cấp ba. Khi tôi tham dự vào một buổi thảo luận nhóm về đề tài “quyền lợi và nghĩa vụ”, có một học sinh cho rằng chính cách nói “quyền lợi và nghĩa vụ” là không đúng. Theo em học sinh này, cần phải sửa lại thành “nghĩa vụ và quyền lợi”. Lý do là bởi “quyền lợi” chỉ nên được dành cho những người đã hoàn thành “nghĩa vụ” của mình mà thôi.

Theo như em học sinh đó, xét cho cùng “nghĩa vụ” phải có trước và “quyền lợi” sau đó mới nảy sinh. Còn với người lớn, họ luôn đề cập “quyền lợi” trước còn “nghĩa vụ” lại không chú trọng nhiều. Nếu thực sự muốn khẳng định “quyền lợi” có được sau khi đã hoàn thành xong “nghĩa vụ” của mình thì không nên đặt “quyền lợi” lên trước.

Nhờ em học sinh đó, tôi mới có thể dừng lại và suy ngẫm sâu hơn. Điều quan trọng nhất ở đây là chúng ta luôn phải ý thức được rằng trong cuộc sống lúc nào cũng tồn tại nhận thức của cá nhân mình và của người khác. Mỗi người chúng ta cần phải góp sức để có được cách sống vì người khác và học cách đặt mình vào vị trí của người được giúp đỡ để cảm nhận nhiều hơn về cuộc sống hàng ngày. Để làm được điều đó, tôi nghĩ chúng ta nên sống với tấm lòng vì người khác, sẵn sàng giúp đỡ người khác trước khi chúng ta được ai đó giúp đỡ.



TRÂN TRỌNG CÁC MỐI QUAN HỆ

Sự mai một trong mối quan hệ gia đình

Khi tự làm chủ cuộc sống của mình, chúng ta cần phải suy nghĩ nghiêm túc hơn nữa về những mối quan hệ với người khác. Nếu không, đến một lúc nào đó, chúng ta sẽ bị trượt dần ra khỏi những giá trị tốt đẹp vốn có của chủ nghĩa cá nhân, trở thành những con người với chủ nghĩa vị kỉ, chỉ yêu bản thân mình. Một khi những người theo chủ nghĩa vị kỉ ngày càng tăng, sức mạnh trong sự nối kết giữa người và người sẽ tan biến. Hệ quả là xã hội cộng đồng sẽ biến mất và gia đình cũng sẽ bị cuốn trôi theo.

Đây là xu hướng thay đổi nói chung của người Nhật. Lẽ dĩ nhiên, vẫn có những người không thay đổi theo hướng đó, hoặc vẫn gìn giữ được một gia đình tốt đẹp. Có những người thực sự trân trọng sự gắn kết giữa vợ chồng, cha mẹ và con cái, hàng xóm láng giềng. Nhưng nhìn chung, trong xã hội Nhật ngày nay những điều đó đang ngày một ít dần đi.

Okonogi Keigo, một nhà phân tâm học nổi tiếng đã nhận định rằng: “Gia đình của người Nhật đang dần biến thành nhà trọ, nơi tụ tập của những người sống chung với nhau”. Khi kinh tế khá giả hơn, mỗi người trong gia đình đều có phòng riêng, đó là một điều



tốt. Tuy nhiên, chính điều đó lại khiến không khí trong một buổi sum họp gia đình trở nên không trọn vẹn. Rốt cuộc, buổi sum họp đó lại trở thành một cuộc tụ tập của những người sống cùng trong một nhà trọ có nhiều phòng riêng. Gia đình đã không còn là môi trường nơi các thành viên cùng chung sống và tự do chia sẻ những suy nghĩ của mình. Hãy khoan bàn đến những vấn đề gia đình, bản thân việc mỗi người chúng ta đang mất dần đi khả năng chia sẻ, đồng cảm trong mối quan hệ với người khác mới chính là căn nguyên của các vấn đề trong gia đình.

Giao tiếp với người ngoài

Vào cuối những năm 1970, phòng nghiên cứu về sức khỏe thần kinh của Viện nghiên cứu thần kinh Y khoa đã thực hiện một cuộc khảo sát về vấn đề gia đình trong một quy mô lớn. Cuộc khảo sát đã chỉ ra rằng những người có mối quan hệ tốt với các thành viên trong gia đình hầu như đều có mối quan hệ tốt với hàng xóm láng giềng hay những người khác trong xã hội. Nếu chúng ta mất dần đi mối quan hệ với những người xung quanh,

mối quan hệ giữa những các thành viên trong gia đình cũng sẽ dễ nảy sinh những rạn nứt.

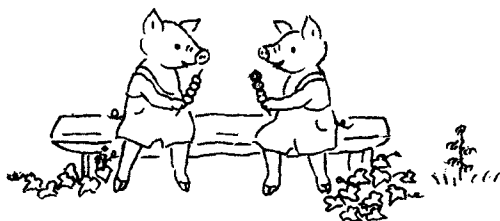
Tôi đã nghe từ một người bạn đã về hưu từng là hiệu trưởng trường tiểu học kể rằng trước đây mỗi năm, cứ vào một thời điểm nhất định nhà trường đều tổ chức một chuyến du lịch cho các giáo viên. Có điều 20 năm nay, trường không còn tổ chức các chuyến du lịch như thế nữa. Hồi đó, cứ đến chiều thứ Bảy, các giáo viên đều cố gắng hoàn tất công việc thật nhanh rồi từ chàng vạng tối mọi người đều đi đến khu tắm suối nước nóng, mở một bữa tiệc để gắn kết tình cảm với nhau. Ngày tiếp theo mọi người chia thành từng nhóm nhỏ, nhóm đi tản bộ, nhóm đi câu cá, nhóm đi đánh golf và tất cả mọi người đều có những giây phút thật vui vẻ bên nhau.

Cũng một câu chuyện tương tự tôi được nghe từ giám đốc của một công ty nọ. Trước kia, trong ngày nghỉ, công ty rất hay tổ chức ngày hội thể dục thể thao cho toàn bộ nhân viên công ty. Hầu hết các nhân viên đều vận động gia đình của mình đến xem và cổ vũ, tạo nên một ngày hội thể thao đúng nghĩa. Công ty cũng chuẩn bị rất nhiều phần thưởng để động viên tinh thần, nhiệt huyết của những nhân viên tham gia thi đấu. Thế nhưng, những năm gần đây, có nhiều giáo viên và nhân viên công ty cảm thấy phiền phức khi phải tham gia vào các hoạt động như thế này. Điều này khiến

cho việc tổ chức khó có thể tiếp tục được nữa. Phần lớn mọi người đều hướng đến những cuộc đi chơi xa hay đi du lịch nước ngoài với gia đình chứ không mấy hứng thú với những hoạt động nhằm thắt chặt quan hệ với đồng nghiệp.

Dần dà, họ chỉ có thể cảm thấy thoải mái khi giao tiếp với những người thực sự gần gũi với mình như người trong gia đình mà thôi. Họ rơi vào một trạng thái tinh thần không tốt mà theo như những chuyên gia về thần kinh của người trưởng thành thì đó là “hội chứng bất an xã hội”. Hội chứng này gần với chúng “ngại tiếp xúc với người khác” đã từng xuất hiện vài năm trước. Nhưng những năm gần đây, ngay cả việc giao tiếp trong gia đình cũng trở nên khó khăn. Theo thông tin của một người bạn làm luật sư của tôi, ở Nhật số lượng các vụ án mạng trong gia đình đã tăng lên ngày một nhiều. Ti vi và báo đài đang đưa tin gần như là hàng ngày về những vụ cha mẹ ngược đãi trẻ sơ sinh và tước đi mạng sống của chính con mình. Hay những cụ ông cụ bà lại bị chính con cái của mình ngược đãi.

Những ông bố, bà mẹ và từng người trong chúng ta đều nên dừng lại giữa những bận rộn của cuộc sống thường nhật mà suy nghĩ sâu sắc hơn về mối quan hệ trong gia đình. Nếu chúng ta chỉ đơn thuần rơi vào vòng xoáy của nhịp sống hàng ngày mà không chú trọng vào những mối liên kết trong gia đình thì chúng ta sẽ



không thể nào gìn giữ được một mối quan hệ bền vững, tốt đẹp giữa các thành viên ngay trong chính ngôi nhà của mình. Nếu không chan hòa, mở lòng hơn đối với họ hàng, hàng xóm láng giềng, đồng nghiệp và cả những người quen biết nằm ngoài phạm vi gia đình, chúng ta cũng khó mà xây dựng được một gia đình hạnh phúc. Tôi nghĩ đã đến lúc chúng ta phải suy nghĩ nghiêm túc về những vấn đề này.

Tầm quan trọng của việc đối thoại với người khác

Năm 2006, kênh giáo dục của Đài Truyền hình Nhật Bản NHK có phát sóng chương trình *Con người này, thế giới này rèn luyện não*, do giáo sư Kawashima Ryuta, một chuyên gia não bộ hàng đầu Nhật Bản cố vấn. Đây là một chương trình giải thích sống động và chân thực về cơ chế hoạt động của não. Riêng tôi rất ấn tượng với phần chức năng của não và khả năng giao tiếp của trẻ sơ sinh.

Khi xem chương trình này, bạn sẽ hiểu được việc chúng ta giao tiếp trực tiếp với người thân quan trọng như thế nào. Bạn cũng sẽ hiểu giao tiếp không chỉ đơn thuần là những đoạn hội thoại.

Vậy đâu là điểm khác biệt giữa giao tiếp và hội thoại? Hội thoại là điều mà nếu có năng lực tư duy bình thường thì ai cũng có thể hiểu được. Nhưng trong giao tiếp, điều quan trọng nhất là sự giao thoa, thấu hiểu bằng tâm hồn, trái tim của nhau. Nghe có vẻ cao xa nhưng nó cũng đơn giản như khi bạn tự hỏi là “Liệu mình có thể thấu hiểu, sẻ chia được niềm vui, nỗi buồn với người khác?”.

Quay lại với phần mà tôi ấn tượng nhất trong buổi phát sóng, có một bé gái ba tuổi đang ngồi với rất nhiều điện cực được gắn trên đầu. Trước mặt bé là mẹ và bên cạnh mẹ, hơi xéo về phía đối diện của bé là người dẫn chương trình của đài truyền hình NHK. Hai bên góc màn hình thể hiện đồng thời hình ảnh nào bộ của cô bé.

Ông Kawashima Ryuta quay sang nói với mẹ cô bé: “Chị cứ nói chuyện bình thường với bé, nói bất cứ chuyện gì cũng được”. Và thế là người mẹ bắt đầu hỏi con: “Khi đến trường mẫu giáo chơi, con có thấy điều gì thú vị không?”. Cô bé bắt đầu nói về những thứ làm cô bé thích thú và lại muốn đến trường chơi thêm nữa. Lúc đó, trên màn hình, thùy trán, vùng vỏ não trước trán của cô bé cứ giật giật liên tục.

Trong chương trình này, những nơi não không hoạt động được đánh dấu bằng màu xanh. Những nơi não hoạt động sẽ chuyển sang màu hồng. Nơi não hoạt động mạnh mẽ được đánh dấu bằng

màu đỏ. Theo quy tắc đó, các hoạt động của não được chia màu khi hiện lên trên màn hình.

Khi nói chuyện với mẹ, vùng vỏ não trước trán của cô bé nháy liên tục và chuyển sang màu đỏ. Hóa ra, khi những em nhỏ nói chuyện vui vẻ với mẹ của mình, não của các bé cũng trở nên sinh động và tràn đầy sức sống. Có vậy mới thấy việc được mẹ nói chuyện cùng tác động rất tốt đến sự phát triển trí não và khả năng giao tiếp của bé.

Sau đó, cuộc chuyện trò của hai mẹ con kết thúc. Cô bé chuyển sang nói chuyện với người dẫn chương trình ngồi bên. Người dẫn chương trình đã tiếp tục cuộc chuyện trò khá suôn sẻ. Nhìn bề ngoài, cuộc nói chuyện giữa cô bé và người dẫn chương trình không khác mấy với cuộc nói chuyện giữa bé và mẹ. Thế nhưng lúc đó vùng vỏ não trước trán của cô bé lại chuyển sang màu xanh, hầu như không ghi nhận được một sự nháy giật nào của vùng vỏ não. Điều này khiến tôi vô cùng ngạc nhiên.

Ở một số phát sóng khác, đối tượng thí nghiệm là một nữ phát thanh viên gạo cội chuyên dẫn chương trình *Tin tức 9* của NHK. Cô này cũng được gắn lên đầu rất nhiều điện cực. Trước mặt cô là một cái bàn, một đồng nghiệp thân thiết của cô ở phòng dẫn chương trình đến ngồi đối diện với cô. Khi cô bắt đầu nói chuyện



với người đồng nghiệp, vùng vỏ não trước trán của cô hoạt động liên tục và hiển thị màu đỏ.

Đúng lúc đó ông Kawashima Ryuta xuất hiện và yêu cầu hai người ngừng cuộc nói chuyện lại. Ông bảo cô đồng nghiệp chuyển sang phòng bên và hai người tiếp tục nói chuyện qua điện thoại di động. Trên điện thoại, hai người vẫn tiếp tục cuộc nói chuyện một cách vui vẻ. Thế nhưng, cũng giống như cô bé kia, vùng vỏ não trước trán của cô phát thanh viên nọ đã không hoạt động nữa và chuyển sang màu xanh.

Khi hai người ngồi đối diện với nhau nói chuyện vui vẻ thì vùng vỏ não trước trán hiển thị đỏ rực, nhưng chỉ cần họ chuyển sang nói chuyện bằng điện thoại là vùng vỏ não trước trán này không hoạt động gì. Tôi thực sự ngạc nhiên về điều này.

Gần đây tôi thấy ti vi đưa tin về những người mắc “hội chứng phụ thuộc vào di động” đang tăng lên. Ngày nay, người ta ít nói là điện thoại di động mà chỉ gọi tắt là “di động”. Tôi chợt băn khoăn không biết vùng vỏ não trước trán của những người này đang trở nên như thế nào?

Tôi nghĩ người Nhật đã trở thành những người phụ thuộc vào điện thoại di động số một thế giới. Có lẽ là không một nước nào lại có nhiều người trẻ tuổi chăm chú vào điện thoại ngay cả khi đi bộ, khi trên tàu điện đông nghẹt người, hay thậm chí là khi đi xe đạp hay xe hơi giống như ở Nhật. Tôi không có ý phê phán chiếc điện thoại di động vì chẳng có phương tiện nào lại tiện lợi khi cần liên lạc trong những tình huống khẩn cấp như nó. Nhưng ngày càng nhiều người vẫn không chịu rời chiếc điện thoại, lúc nào cũng chăm chú vào màn hình dẫu không có vẻ gì là đang vội. Nếu tình trạng này trở nên phổ biến, dần dà những con người này sẽ không còn giao tiếp bằng cách gặp mặt trực tiếp mà chỉ còn biết nói chuyện thông qua điện thoại mà thôi.

Lúc này, tôi đã kể về câu chuyện hình ảnh não của bé gái. Tôi luôn tin là có một phần tính cách con người, hay một góc trái tim trong vùng vỏ não trước trán của con người. Trong giải thích của đài truyền hình, người ta cũng cho thấy vùng vỏ não trước trán là nơi kiểm soát những hoạt động của toàn bộ não, giúp con người biểu hiện những gì nhân văn nhất, đạt được những cảm xúc của trái tim, thấu hiểu cảm xúc của những người khác.

Hay nói cách khác, đó là nơi quan trọng, đóng vai trò trung tâm trong năng lực tư duy, khả năng tưởng tượng, ghi nhớ cũng như giao tiếp – đặc tính nổi bật của con người. Hơn nữa, vùng vỏ não trước trán cũng giúp con người kiểm chế cảm xúc của bản thân, không bộc lộ nguyên vẹn những hỉ nộ ái ố trong hành động của mình. Khi biết những điều này các bạn nghĩ như thế nào?



HIỆN TRẠNG XÃ HỘI QUA NHỮNG KHẢO SÁT

Tâm trạng của người mẹ trong việc nuôi dạy con

Hai năm trước, Bộ Phúc lợi xã hội đề nghị tôi làm một cuộc khảo sát về tâm lý nuôi dạy con của các bà mẹ trẻ. Tại năm địa điểm chăm sóc sức khỏe trẻ em ở tỉnh Kannagawa, chúng tôi đã chuẩn bị nhiều câu hỏi nhằm tìm hiểu về tâm lý nuôi dạy con nhỏ nhìn từ nhiều góc độ khác nhau.

Câu hỏi đầu tiên là: “Bạn thường có tâm trạng như thế nào đối với việc nuôi con?”. Một số bà mẹ có tâm trạng khá tiêu cực, họ cảm thấy bức bối, áp lực và căng thẳng, thậm chí hối hận vì đã sinh con. Tuy nhiên, cũng có nhiều bà mẹ thấy việc nuôi con rất vất vả nhưng niềm vui, động lực mà đứa con đem lại lớn hơn rất nhiều lần.

Vậy tuyép bà mẹ nào sẽ có tâm lý tích cực và tuyép bà mẹ nào lại nảy sinh những ý nghĩ tiêu cực trong việc nuôi con như vậy? Mỗi người mỗi khác nhưng nếu nhìn theo một xu hướng chung, có thể thấy những bà mẹ sống ở nơi mình đang cư trú càng lâu càng có tâm lý tích cực trong việc nuôi con. Ngược lại, những bà mẹ có quãng thời gian sống tại nơi đang cư trú ngắn hơn thường có xu hướng nghiêng về tâm lý tiêu cực. Thêm vào đó, kết quả của cuộc

khảo sát cũng cho thấy những người mẹ có mối quan hệ tốt với hàng xóm láng giềng, những người trong gia đình mình hay gia đình nhà chồng thường có tâm lý khá tích cực trong việc nuôi con.

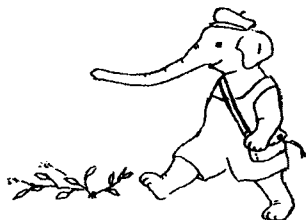
Chúng tôi cũng đưa ra câu hỏi là: “Khi nuôi dạy con, nếu có những lo lắng, băn khoăn, bạn sẽ giải quyết như thế nào?”. Những bà mẹ có tâm lý tích cực thường hay tìm lời khuyên của những người xung quanh. Họ sẽ hỏi ý kiến của hàng xóm, mẹ đẻ hay mẹ chồng, hoặc của những điều dưỡng viên ở các trung tâm chăm sóc sức khỏe hay của các bác sĩ nhi khoa nơi họ thường thăm khám. Những bà mẹ có suy nghĩ tiêu cực thường hay tìm kiếm thông tin trên sách hoặc tạp chí viết về việc nuôi dạy con.

Từ kết quả của cuộc khảo sát này, có thể thấy, mối quan hệ giữa mẹ và con có nền tảng to lớn từ mối quan hệ đa dạng giữa bản thân người mẹ và những người xung quanh. Trong đó, có hai yếu tố cực kì quan trọng để người mẹ có được tâm lý tích cực khi nuôi dạy con. Yếu tố quan trọng thứ nhất là người chồng phải có thái độ hợp tác trong việc nuôi con. Yếu tố thứ hai quan trọng không kém là sự hài lòng trong mối quan hệ với chồng. Hai điều nghe có vẻ giống nhau nhưng thực chất lại là hai chuyện khác nhau hoàn toàn.

Tại sao tôi lại đặt ra vấn đề như vậy? Trong số những người trả lời “Chồng tôi có hợp tác trong việc nuôi dạy con” vẫn có nhiều người mang tâm lý tiêu cực về việc nuôi dạy con. Ngược lại, những người mẹ trả lời là chồng không thể hỗ trợ mình trong việc nuôi dạy con vì công việc hay nhiều vấn đề khác không phải tất cả đều có tâm lý tiêu cực với việc nuôi con.

Đến đây ta có thể thấy được rằng, những người mẹ có tâm lý tích cực trong việc nuôi dạy con cái là những người vợ thấy thỏa mãn, hài lòng với chồng mình. Nếu có sự hiện diện vững chắc của người chồng, người cha trong gia đình, vai trò của người mẹ cũng dễ dàng được phát huy hơn. Vì thế, dù người chồng có hợp tác với vợ trong việc nuôi dạy con, nhưng nếu người vợ không cảm thấy hài lòng về chồng thì người vợ cũng sẽ có tâm lý tiêu cực và khó khơi dậy được bản năng của người mẹ.

Những năm gần đây ở Nhật, những vụ ngược đãi trẻ em ngày một tăng lên. Ngay cả người lớn cũng dễ mất kiểm soát hơn. Trên báo chí hay truyền hình, người ta vẫn cho rằng nguyên nhân của những hiện tượng này là do con người ngày nay quá tôn thờ bản thân khiến những mối quan hệ với người khác thường bị đổ vỡ, dẫn đến việc từng người, từng người một luôn muốn sống một mình, tách hẳn với những người khác. Tôi cũng có quan điểm như vậy.



Trong một nghiên cứu so sánh giữa nhiều quốc gia gần đây của Tổ chức Hợp tác Phát triển Kinh tế (OECD), người Nhật đang ở mức đáng báo động, thậm chí được cho là cao nhất thế giới, về trào lưu cá nhân chủ nghĩa. Trào lưu này là dấu hiệu của việc các mối quan hệ đổ vỡ. Tôi đã có một thời gian dài nghiên cứu về y học thần kinh cơ bản của trẻ em, thanh thiếu niên và gia đình nên tôi thực sự cảm thấy lo lắng về hiện trạng này.

Ứng dụng những phân tích tâm lý của Freud vào tình hình xã hội để viết nên kiệt tác *Trốn thoát tự do*, Erich Fromm cho rằng: “Xét cho cùng, mọi nỗ lực của con người đều là để tránh khỏi sự cô độc”. Như vậy chẳng phải ông muốn nói con người nếu trở nên cô độc sẽ không còn là con người nữa hay sao? Chúng ta, nếu đã là con người thì nên có những mối quan hệ đa chiều, phong phú để có thể cùng thúc đẩy nhau đi lên. Phải chăng đã đến lúc chúng ta nên suy nghĩ lại một lần nữa về điều đó.

Ý thức về cha mẹ của thanh thiếu niên Nhật Bản

Trung tâm nghiên cứu thanh thiếu niên Nhật Bản đã thực hiện một cuộc khảo sát giữa học sinh trung học phổ thông Nhật với

học sinh các nước khác về việc các em nghĩ gì về bố mẹ mình. Kết quả cuộc khảo sát đó thật đáng ngạc nhiên. Năm 1996, lần đầu tiên tôi được biết đến bản báo cáo này. Khi đó, người ta chọn một cách ngẫu nhiên 3.000 học sinh ở ba nước Nhật, Trung Quốc và Mỹ để hỏi suy nghĩ của các em về bố mẹ.

Trong bản khảo sát có một câu hỏi như thế này: “Trong tương lai, khi bố mẹ của bạn già đi và họ không thể sống nếu thiếu sự giúp đỡ của người khác. Khi đó liệu bạn có sẵn sàng làm hết sức mình để lo cho bố mẹ mình không?”. Với câu hỏi đó, có đến 66% học sinh Trung Quốc, nghĩa là trong ba người có hai người trả lời “Có”. Học sinh Mỹ, con số này là 46%, hầu như cứ hai người có một người trả lời như vậy. Vậy còn học sinh Nhật thì sao? Chỉ có 16%, nghĩa là năm người mới có một người trả lời là “Có”.

Tiếp sau đó là câu hỏi: “Trong trường hợp đó, nếu bạn ngỏ ý giúp đỡ bố mẹ bạn, bạn có cho rằng bố mẹ bạn sẽ cảm thấy vui lòng không?”. Đối với câu hỏi này, 60% học sinh Trung Quốc và Mỹ đều có câu trả lời tương tự là “Bố mẹ sẽ cảm thấy rất vui mừng”. Trong khi đó, chỉ có 30% học sinh cấp ba ở Nhật trả lời như vậy.

Hơn thế nữa, khi được hỏi: “Trong tương lai, nếu bạn kết hôn và phải chọn ở với bố mẹ của một trong hai bên bạn sẽ chọn ở chung với bố mẹ bên nào?” có đến 20% học sinh Nhật trả lời là

“Dù có bất cứ điều gì xảy đến đi chăng nữa tôi cũng không muốn sống chung với bố mẹ”. Nếu so sánh với học sinh ở hai nước còn lại số lượng học sinh chọn câu trả lời đó ở Nhật là cao nhất.

Đối với việc “chống đối lại giáo viên”, “chống đối lại bố mẹ”, có đến 80% học sinh Mỹ trả lời là “Không được phép làm điều ấy”. Trong khi đó, chỉ có 20% học sinh Nhật chọn cùng câu trả lời. Học sinh Nhật dường như không còn ý thức coi thầy cô giáo và bố mẹ là những người dẫn dắt, chỉ đường đi nước bước cho họ nữa. Bởi thế, khi được hỏi “Bạn có tôn trọng bố mẹ không?”, số lượng học sinh Nhật trả lời “Có” ít nhất trong số học sinh ba nước là đối tượng khảo sát.

Vào năm 2002, có một cuộc khảo sát khác được thực hiện với học sinh ba nước, Nhật, Mỹ và Trung Quốc. Đối với câu hỏi “Bạn có cảm thấy hài lòng khi được sinh ra là con của bố mẹ mình không?”, chỉ có 43% học sinh Nhật trả lời là “Rất hài lòng”. So với 62% học sinh Trung Quốc và 70% học sinh Mỹ, Nhật cũng là nước có tỉ lệ trả lời “hài lòng” thấp nhất. Qua kết quả của cuộc khảo sát này, việc người Nhật đã sống như thế nào và điều đó được trẻ em, cũng như giới trẻ cảm nhận ra sao đã rất rõ ràng. Có lẽ không có nước nào trên thế giới mà mối quan hệ giữa cha mẹ và con cái lại bất hạnh như ở Nhật.

Khi đưa ra các câu hỏi về bản thân của những học sinh đó, rằng “Bạn có hài lòng về chính bản thân mình không?”, học sinh trả lời “có” chiếm một số lượng áp đảo ở các nước khác. Trái lại, có đến 93% học sinh Nhật trả lời rằng các em không hài lòng về bản thân mình. Như vậy nghĩa là từ nay về sau, không phải chỉ có những học sinh phổ thông mà càng ngày nhiều người Nhật cảm thấy không hài lòng về chính bản thân mình. Qua nghiên cứu này, ta thấy được việc con trẻ có suy nghĩ như thế nào về bố mẹ có mối quan hệ sâu sắc với việc chúng suy nghĩ như thế nào về chính bản thân mình.

Năm 2004, người ta cũng tiến hành một nghiên cứu liên quan đến nhận thức về sự tự do của học sinh phổ thông ở các nước Nhật, Trung Quốc, Mỹ, Hàn Quốc. Bản báo cáo ghi nhận rằng so với học sinh các nước khác, học sinh Nhật Bản có xu hướng khẳng định một cách mạnh mẽ rằng “Đó là tự do cá nhân, là tùy ý mỗi người” đối với bất cứ việc gì. Chẳng hạn, có đến 50% học sinh Nhật nghĩ rằng việc gửi mail, tin nhắn bằng điện thoại trong tiết học là tự do cá nhân và không ai có quyền can thiệp. Hay như việc tự tiện nghỉ học cũng là tự do cá nhân và có đến 70% học sinh có cùng ý nghĩ như thế.

Gần 55% học sinh Nhật nghĩ rằng việc phản ứng lại bố mẹ là tự do, là quyền cá nhân. Tương tự, 51% học sinh nghĩ như vậy

với việc chống đối thầy cô giáo. Và cũng có đến 12% học sinh nghĩ việc ăn cắp ở siêu thị, cửa hàng tạp hóa là tự do, là tùy ý của bản thân. Như vậy trong 10 học sinh có đến hơn một học sinh có ý nghĩ đó. Mặt khác, khi được hỏi về việc lựa chọn nghề nghiệp trong tương lai, có đến 55% học sinh trả lời là không muốn làm những công việc có quá nhiều trách nhiệm.

Đây là cuộc khảo sát đối với các học sinh trung học cơ sở và trung học phổ thông nhưng thực tế độ tuổi của các đối tượng này chênh lệch không đáng là bao so với các ông bố bà mẹ trẻ. Như vậy, cuộc khảo sát này không chỉ đơn giản dừng lại ở cấp độ ý thức của học sinh trung học mà nó có thể còn là sự phản ánh cả ý thức chung của người Nhật ngày nay. Phải chăng đó là lối sống mà người lớn chúng ta đã tạo ra?

Trong xã hội phong kiến trước chiến tranh, dưới chế độ chủ nghĩa quân chủ, những cái gọi là nhân quyền hay tự do đều bị tước đoạt mất. Rút kinh nghiệm từ những ngày tháng đó, sau chiến tranh, Nhật Bản đã chú trọng hơn tới lối sống, tới quan điểm sống của từng cá nhân. Đó là một điều vô cùng tuyệt vời. Nhưng sau đó, khi chính chúng ta cũng không nhận ra, vượt quá cả những lần rút kinh nghiệm của lịch sử trước đây, chúng ta đã dần sống theo chủ nghĩa cá nhân, lấy mình làm trung tâm của mọi thứ. Khi



ngày càng có nhiều người sống theo chủ nghĩa cá nhân, mối quan hệ trong gia đình, trong cộng đồng cũng dần bị mai một đi và điều đó thể hiện rất rõ trong kết quả của cuộc khảo sát này.

Trong thời đại hiện nay, để sinh ra và nuôi nấng được một đứa trẻ phải vất vả đến nhường nào. Không cần tôi phải nói ra, chắc hẳn bất cứ ai gắn gũi với trẻ em cũng đều có thể cảm nhận được điều này. Nếu đứa trẻ được nuôi nấng trong một môi trường, nơi mối quan hệ giữa con người với nhau nhạt nhẽo thì sau này khi lớn lên, chúng cũng sẽ trở thành những đứa trẻ sớm bỏ học, hay tự kỷ quẩn quanh trong nhà, hoặc sẽ trở thành những nhân viên trong diện bị cắt giảm biên chế, những người mắc chứng biếng ăn hoặc nghiện ăn, những người chuyên làm việc thời vụ hay những người chỉ làm nghề tự do... Dưới hình thức này hay hình thức khác, những đứa trẻ đó sẽ trở nên không phù hợp với xã hội ngày nay. Chính vì thế mà ngày càng nhiều người cảm thấy cuộc sống của mình thật khổ sở.

Số vụ việc bạo lực gia đình, chồng đánh đập vợ đang tăng lên đến mức báo động. Những vụ bạo lực, hay giết người chỉ vì tức giận, từ những lí do cón con đang ngày một nhiều lên. Những vụ

bạo lực trong nhà tăng gấp nhiều lần so với những vụ bạo lực, đánh nhau trên phố. Nhưng chẳng ai biết đến các vụ bạo lực trong gia đình trừ khi xảy ra chết người. Những vụ bạo lực ngày một tăng lên chẳng phải là do mỗi người đang ngày càng đánh mất đi mối quan hệ với người khác, sống cô lập, tách rời với mọi người hay sao? Thiết nghĩ chúng ta phải nhanh chóng tìm cách chặn đứng tình trạng này.

Đất nước trường thọ nhưng không chịu sinh đẻ

Hiện nay, Nhật Bản là nước có tuổi thọ trung bình cao nhất thế giới, nhưng đồng thời tỉ lệ sinh lại thấp. Theo báo cáo năm 2010, tuổi thọ trung bình của nữ giới Nhật Bản là 86,44 tuổi và nam giới Nhật Bản là 79,59 tuổi. Trung bình chung của cả nam giới và nữ giới là 83 tuổi.

Theo nghiên cứu, để duy trì được dân số của người Nhật ngày nay, tổng tỷ suất sinh phải là 2,08 người. Nghĩa là mỗi một cặp nam nữ sau khi chết đi để lại 2,08 người con thì dân số Nhật sẽ được duy trì xấp xỉ với dân số hiện tại. Thế nhưng, năm 2003, tổng tỷ suất sinh của Nhật thậm chí còn xuống dưới mức 1,30, sau đó đến năm 2009, tổng tỷ suất sinh lại tiếp tục giảm đến mức thấp kỉ lục 1,26.



Theo báo cáo gần nhất (năm 2009), tổng tỉ suất sinh đã lên được mức 1,37. Nhưng đó vẫn là con số khá thấp. Mặt khác, Nhật là nước có tuổi thọ cao nên số lượng người già ngày một tăng lên, không thể giữ được sự cân bằng trong dân số, dẫn đến phát sinh nhiều vấn đề.

Có nhiều lý do dẫn đến tỉ lệ sinh của Nhật thấp. Nhưng khi thử nghĩ đến hiện trạng chung của cả nước Nhật, khó có thể nói Nhật Bản là một đất nước nơi người ta dễ dàng sinh nở và nuôi nấng con cái. Khi sinh và nuôi nấng con, chúng ta phải có cảm giác yêu thương thật sự với đứa trẻ cũng như cần phải xác định tư tưởng tốt. Khi có một đứa trẻ, chúng ta phải thay đổi cuộc sống để phù hợp với con. Với những ai vẫn còn đề cao chủ nghĩa cá nhân thì việc sinh ra và nuôi nấng một đứa bé là điều rất khó khăn.

Khi số lượng trẻ em quá ít so với thế giới thì số lượng thú nuôi của Nhật lại đứng đầu thế giới. Chẳng biết tự lúc nào nước Nhật đã trở thành một quốc gia kì lạ. Người Nhật đã trải qua thời kì phát triển kinh tế cao độ, thời kì kinh tế bong bóng và cả khi suy thoái kinh tế. Giữa lúc mãi mê theo đuổi cái này, cái kia, thì cách sống,

cách nghĩ của người dân cũng được bộc lộ rõ. Người Nhật đã trở thành những người sống theo chủ nghĩa cá nhân, thích lấy mình làm trung tâm, chỉ có thể yêu thương loại chó này, hoặc giống mèo kia. Hơn nữa, điều này không chỉ thể hiện trong việc chọn thú cưng mà ngay cả trong việc nuôi dạy trẻ cũng như vậy. Trẻ em phải như thế này, còn như thế kia không tốt. Trẻ em làm thế này mình sẽ vui lòng, còn làm thế kia sẽ khiến ta phật ý.

Người Nhật ngày nay đang sống trong một môi trường tuyệt vời, với sự giàu có, tự do. Đúng ra người Nhật phải cảm thấy hạnh phúc vì đã được sinh ra tại một đất nước như thế. Nhưng từ lúc nào, Nhật Bản đã trở thành một đất nước có tỉ lệ sinh rất thấp?



NHỮNG THAY ĐỔI TRONG GIA ĐÌNH VÀ XÃ HỘI HIỆN ĐẠI

Từ trò chơi “Mamagoto” để hiểu thêm về những thay đổi trong gia đình

Ngày trước, ở các nhà trẻ và trường mẫu giáo, khi chơi trò “Mamagoto”¹, những đứa trẻ luôn muốn được đóng vai bố mẹ. Đặc biệt, các bé gái luôn muốn được đóng vai mẹ. Những lúc như thế, trẻ không chỉ học theo mẹ của mình mà còn nhìn vào mẹ của bạn mình, những người bà con thân thích, hay bà nội, bà ngoại mình... để dần chọn lọc ra một người mẹ mà chúng thích, người mẹ mà chúng muốn hướng đến. Hầu như không có đứa trẻ nào chỉ bắt chước theo hình mẫu riêng của mẹ mình. Hơn nữa, không phải lúc nào chúng cũng làm theo hình mẫu giống nhau của một bà mẹ. Khi đến nhà bạn chơi, mẹ của bạn đã làm điều này cho chúng và chúng cảm thấy thích thú vì điều đó, thế là chúng lập tức thêm vào hình mẫu mẹ của mình, diễn một hình ảnh mẹ khác hẳn hình ảnh mẹ của lần diễn trước. Còn những đứa trẻ bây giờ, hầu như chúng chỉ bắt chước lại y hệt hình ảnh của mẹ chúng mà thôi.

Vì thế, những đứa trẻ bây giờ hầu như không thích nhận đóng vai mẹ. Nếu có cố nài nỉ đứa trẻ cũng miễn cưỡng nhận vai với vẻ

¹ Một trò chơi mà trẻ em bất kể nam nữ phân chia vai trò như những người lớn trong gia đình và phải cùng nhau nấu ăn như một gia đình thực thụ.

mặt không mấy thích thú. Và đến khi nhập vai, chúng chỉ đóng vai một người mẹ hay la rầy và đưa ra mệnh lệnh. Tôi tin là với con mắt trẻ thơ, chúng cũng không hề thích những hình ảnh đó của các bà mẹ.

Còn về vai các ông bố, hầu như các bé đều không quá phản đối khi được phân. Thế nhưng, vì không biết phải diễn như thế nào nên hầu hết các bé chỉ đứng nhìn bàng quơ mà không làm gì cả. Khi được các cô giáo động viên “Con diễn vai bố tốt vào chứ” cháu bé đột nhiên làm vẻ mặt buồn ngủ và bảo “Đem cho bố một lon bia đến đây”. Khi cô giáo hỏi “Bố đang làm gì vậy?”, cháu bé trả lời là “Bố đang xem trận thi đấu bóng chày buổi tối”.

Một cô giáo khác kể cho tôi nghe câu chuyện khác của trò chơi Mamagoto: “Khi cuộc chơi bắt đầu, một cậu bé được nhờ đóng vai bố đột nhiên nói: ‘Bố đi đánh golf đây’ rồi nhanh chóng lẩn đi chỗ khác”. Có thể thấy, vai trò của người bố trong gia đình đang trở nên hết sức mờ nhạt.

Vậy các vai diễn được ưa thích nhất của những đứa trẻ là gì? Hầu như tất cả các em đều muốn làm chó, mèo hay các con vật cưng trong nhà. Ngày xưa, những vai chó mèo cũng có nhưng không ai thích đóng các vai đó cả. Những đứa trẻ cảm nhận rằng các ông bố bà mẹ thay vì dồn hết tình cảm yêu thương cho con cái

lại quần quýt với các con thú cưng để bản thân được thư giãn nhiều hơn. Vì vậy cũng không có gì lạ nếu bọn trẻ thích đóng vai các con vật cưng đó.

Lại có lần tôi được nghe một giáo viên mầm non kể chuyện về ngày cả trường đi dã ngoại trở về. Khi phụ huynh đến đón học sinh, có một bà mẹ ôm trên tay một chú chó trông có vẻ đất tiền đến và nói: “Về nhà thôi con”. Đứa bé vẫn còn đang tiếc nuối và muốn chơi thêm nên chần chừ nhìn về phía những chiếc xích đu. Khi đó, người mẹ liền nói với giọng rất nghiêm khắc, dữ dằn: “Đi nhanh lên!”. Khi nói với chó, người mẹ rất dịu dàng nhưng khi nói với con thì lại gắt gỏng. Chính sự khác biệt đó đã làm cô giáo cảm thấy vô cùng sửng sốt.

Một người bạn sống ở quận Nakano ở Tokyo đã gửi liên cho tôi hai tấm bưu thiếp để kể về câu chuyện bạn nói với một nhóm bé gái học lớp 2 đang trên đường đến trường. Bạn tôi đã hỏi là: “Các cháu có chơi Mamagoto không?” và tụi trẻ đáp lại: “Tụi cháu đã từng chơi”. Bạn tôi hỏi: “Vậy các cháu có thích diễn vai mẹ không?”, đứa trẻ trả lời: “Không có vai mẹ ạ”. Bạn tôi lấy làm ngạc nhiên và bảo: “Nếu không có ai đóng vai mẹ làm sao chơi Mamagoto được?”. Khi đó, đứa trẻ mới nói rằng: “Ông ơi, không sao đâu. Tụi cháu quyết định chơi Mamagoto với một gia đình mà



người mẹ đã mất rồi nên không có ai đóng vai mẹ cũng không sao ạ.” Bạn tôi hẳn đã phải sống sót lắm nên mới gửi ngay thư để kể cho tôi nghe câu chuyện ấy.

Những chuyện như thế này đã không còn lạ lắm nữa. Đối với trẻ em, mẹ là người gần gũi và thân thiết nhất nên tôi nói về người mẹ, nhưng vấn đề của người cha mới thực sự nghiêm trọng. Tôi đã nói về vai trò của người bố trong gia đình đang dần trở nên mờ nhạt. Khi sự tồn tại của người bố nhạt nhòa, có nghĩa là trong gia đình, chức năng của một người bố, sự nghiêm khắc đại diện cho bố cũng đang dần biến mất. Đó là một vấn đề lớn. Bởi khi đó mẹ phải thay bố, đóng vai trò của một người nghiêm khắc, rèn luyện nề nếp cho con cái. Chính vì thế nhiều đứa trẻ khi đóng vai mẹ trong trò chơi “Mamagoto” thường đóng vai một bà mẹ luôn la mắng và ra lệnh cho con cái.

Sinh viên ở trường đại học tôi đang công tác có thực hiện một đề tài nghiên cứu khóa luận tốt nghiệp lấy đối tượng khảo sát là các em học sinh tại các trường tiểu học, trung học cơ sở và trung học phổ thông. Các sinh viên đã làm bảng hỏi: “Lúc nhỏ, các em

có muốn trở thành những người lớn giống như bố mẹ của mình không”, “Các em có ước mơ hay hi vọng gì trong tương lai không”. Một điểm đặc biệt mà chúng ta có thể thấy được từ nghiên cứu đó là những đứa trẻ mong muốn trở thành những người lớn giống như bố mẹ của mình thường có ước mơ lớn và rõ ràng hơn những đứa trẻ không mong muốn lớn lên giống bố mẹ chúng. Tôi đã cảm thấy rất có hứng thú với kết quả này.

Hãy hướng đến nhà trẻ ngay lúc này!

Thời kì học mẫu giáo là thời kì trẻ em học tin tưởng vào người khác. Đây là thời kì quan trọng bậc nhất trong cuộc đời của một con người. Thế nhưng, trong xã hội Nhật ngày nay, khó có thể nói tầm quan trọng của giáo dục mầm non đang được đánh giá đúng. Nếu lực lượng giáo viên mầm non được bổ sung và tăng thêm thì tình hình sẽ được cải thiện hơn. Và chính các bạn cũng cần phải đưa ra những đòi hỏi ấy. Có điều, chưa có một chính trị gia nào lại quan tâm và để ý đến những điều này.

Nhà trẻ, trường mẫu giáo giờ đây được mặc nhiên bị xem là nơi nuôi dạy con trẻ thay gia đình. Trước kia, đã có thời trẻ con chỉ cần được nuôi dạy trong gia đình và quanh chòm xóm là đủ

rồi. Những lúc bố mẹ có việc không thể trông nom con cái được, có những nơi trông coi tạm thời và bố mẹ có thể gửi con ở đó. Thế nhưng vai trò của những nơi trông coi tạm thời đó chỉ đơn thuần là trông coi trẻ, tránh để trẻ gặp sự cố hay bị nhiễm bệnh và họ sẽ giao lại đứa trẻ cho bố mẹ khi chiều về. Nếu nói một cách thô lỗ, đó chẳng qua chỉ như một trạm giữ đồ tạm thời mà thôi. Tôi cũng đã không được đến nhà trẻ hay trường mẫu giáo mà phải đợi đến khi học tiểu học mới chính thức có cuộc sống sinh hoạt tập thể. Thời đó, phần lớn phụ huynh không coi điều đó là vấn đề.

Thế nhưng bây giờ lại khác. Nhà trẻ, trường mẫu giáo đã trở thành một nơi để nuôi dạy trẻ. Lí do bao quát nhất là vì mỗi gia đình, mỗi khu vực cộng đồng dân cư hiện nay đã mất dần chức năng nuôi dạy trẻ. Thậm chí là gần đây, nhà trẻ, trường mẫu giáo đã phải đảm nhiệm luôn vai trò của những trung tâm hỗ trợ gia đình và trẻ nhỏ trong khu vực. Rất nhiều người cho rằng ngày càng có nhiều trẻ đi học ở trường mẫu giáo và nhà trẻ hơn nên các trường phải kiêm luôn nhiệm vụ nuôi nấng trẻ.

Khi trẻ còn nhỏ, dù tính khí của trẻ thế nào, điều quan trọng là bố mẹ phải có tấm lòng khoan dung đủ để trẻ có thể làm nũng hay tỏ rõ ý thích của mình. Nếu thiếu đi điều đó, trẻ sẽ thể hiện phản tính cách ích kỉ này trong môi trường lớp học. Phần lớn những



đứa bé như vậy sẽ làm đủ chiêu trò để tìm cách độc chiếm đồ vật về phần mình, hay luôn tìm cách thu hút sự chú ý của giáo viên về phía mình.

Nếu không được thỏa mãn những nhu cầu đó, trẻ sẽ không tuân theo những qui định dù là nhỏ nhất của trường, tìm cách đánh, xô đẩy hay khiêu khích những bé yếu thế hơn. Gần đây, tỉ lệ những đứa trẻ như vậy ngày một tăng. Trong tương lai, ở trường hay ngoài xã hội, dưới hình thức nào đó, các em cũng sẽ trở thành những thanh thiếu niên cá biệt.

Trước đây, tôi đã từng có dịp đi Hokkaido để dự một buổi gặp mặt với các cô giáo mầm non. Ở đó có một nhà trẻ mở 24/24 tiếng một ngày và 365 ngày một năm. Tất nhiên, buổi tối chỉ có hai cô giáo nhưng nó cũng gần như là một trường mẫu giáo tiện lợi¹ – nơi bạn có thể gửi con vào bất cứ lúc nào và ngược lại, đón về vào bất cứ lúc nào.

¹ Đây là cách chơi chữ của tác giả, bắt nguồn từ khái niệm các cửa hàng tạp hóa tiện lợi ở Nhật mở cửa 24/24 (ND).

Khi hỏi: “Có phải trường mở liên tục 24 giờ một ngày nên phụ huynh cũng không cần phải đến đón con nữa phải không?”, tôi được giáo viên trường trả lời rằng: “Có nhiều bố mẹ sau khi xong công việc còn bận đi giải trí ban đêm nên việc phải miễn cưỡng về sớm để đón con sẽ khiến họ không vui”. Hơn nữa, khi tôi nói “Như vậy, trường học tồn tại là để cho bố mẹ chứ không phải cho trẻ em à? Giờ trường học cũng giống như các viện nuôi trẻ sơ sinh hay là cô nhi viện hay sao?” thì câu trả lời của các cô: “Đúng là nó cũng gần như vậy”.

Hiện tại, ở Nhật có bao nhiêu nhà trẻ như thế tôi cũng không biết rõ. Nhưng xã hội tôi sống đang cần có những trường học như thế sao? Hóa ra ngày càng có nhiều người mong muốn có ai đó thay mình chăm sóc con đến vậy sao?

Trong một hội thảo một giáo viên mẫu giáo đã nói rằng: “Có người phải gửi con ở trường mẫu giáo đến tối muộn vì họ không thể dừng công việc của mình. Đó là chuyện bất đắc dĩ. Nhưng với trẻ con, lúc nào chúng cũng ngóng chờ bố mẹ đến đón mình thật sớm”. Chúng cảm thấy tủi thân nếu lúc nào cũng bị đón muộn ở trường mẫu giáo.

Giáo viên đó còn kể một câu chuyện: Có một người mẹ nợ thường hay đến đón con muộn. Giáo viên tình cờ biết được rằng

người mẹ đó thực ra có thể đón con sớm hơn nhưng lại không đến trường đón con mình. Thế là người giáo viên đã khẩn thiết nói với người mẹ như sau: “Cháu X lúc nào cũng thiết tha mong được mẹ đến đón sớm. Vậy nên hôm nào công việc xong sớm, xin chị hãy đến thẳng trường để đón cháu nhé”.

Vậy là người mẹ đã nói: “Tôi còn bận dắt chó đi dạo, nên không đến sớm được cô giáo ạ”. Hơn thế nữa, khi người giáo viên nói “Chị đừng nói thế. Chị có thể đón cháu về và cùng cháu đi dạo với chú chó cũng được mà”, người mẹ đáp: “Chó rất dễ thương còn cháu X nhà tôi thì không như thế”. Đã đến mức này rồi thì cô giáo có đề nghị mấy đi nữa tình hình cũng không thay đổi được gì.

Những ông bố bà mẹ đã sinh con ra nhưng lại không có khả năng nuôi con làm sao tưởng tượng được việc một đứa trẻ bé bỏng bị tách rời khỏi bố mẹ trong suốt quãng thời gian dài khó chịu đến thế nào? Cho dù họ bận rộn và có nhiều việc khác phải lo đi chăng nữa nhưng tất cả cũng chỉ là ngụy biện mà thôi.

Đón nhận trẻ với tất cả những gì trẻ vốn có

Giảng viên khoa Sau đại học trường Đại học Kyoto, Phó giáo sư Kihara Masako đã có một bài nghiên cứu được in trên tạp chí *Bản*

tin trên trọng cuộc sống. Bài viết với tựa đề *Những đứa trẻ được sinh ra và lớn lên ở Nhật, một nước giàu mà nghèo.* Tôi sẽ giới thiệu tóm tắt nội dung bài viết.

Bà Kihara đã tiến hành một cuộc khảo sát (năm 2007) với đối tượng là học sinh lớp 11 của các trường phổ thông trung học trên khắp nước Nhật và biết được rằng có đến xấp xỉ 15% học sinh cả nam và nữ, đã từng ăn cắp vặt. Cho đến năm ngoái, số lượng nữ sinh giảm đi gần bằng một nửa so với nam sinh nhưng tỉ lệ khác biệt giữa nam và nữ hầu như không còn nữa.

Khoảng 5% nam sinh và 14% nữ sinh có những hành động gây tổn thương bản thân có thể dẫn đến tự sát như cắt cổ tay, dùng thuốc quá liều gây nên tác dụng phụ. Tỉ lệ học sinh hút thuốc là 20% và thường xuyên uống rượu là 30% đến 40%. Về chuyện uống rượu, tỉ lệ nữ sinh thậm chí còn vượt cả nam sinh.

Liên quan đến kinh nghiệm quan hệ tình dục, có 37% nam sinh và 46% nữ sinh lớp 12 trả lời họ đã từng có quan hệ tình dục. Hơn nữa, xu hướng trong vài năm gần đây là số lượng đối tượng quan hệ tình dục của các nữ sinh có chiều hướng tăng lên. Lí do là thời gian yêu đương với bạn tình ngày một ngắn đi và học sinh cứ liên tục thay đổi hết người tình này đến người tình khác.

Khi phỏng vấn học sinh trung học ở Kansai về lí do tại sao họ lại quan hệ tình dục, câu trả lời áp đảo là để “khỏa lấp những câu chuyện gượng gạo”. Thậm chí những câu trả lời tương tự cũng đến từ học sinh trên khắp nước Nhật. Nhưng nếu những cuộc chuyện trò với đối tượng đang tìm hiểu dần bị đứt quãng và họ quan hệ thể xác chỉ vì muốn khỏa lấp cảm giác gượng gạo thừa thãi thì những mối quan hệ sẽ không bền và phải bắt đầu mối quan hệ với đối tượng khác.

Trong bất cứ cuộc khảo sát nào, điều ta có thể thấy là sự giao tiếp giữa các cá nhân với nhau đang dần bị mất đi. Ở giai đoạn từ 0-6 tuổi, khi được cha mẹ và gia đình đón nhận với tất cả tính cách mà trẻ vốn có, trẻ sẽ có được niềm tin vào người khác, đồng thời cũng sẽ có niềm tin vào bản thân mình. Điều ấy sẽ được vun đắp để trẻ có thể giao tiếp tốt với người khác. Một khi đứa trẻ thấy “gượng gạo không biết nói gì” với bạn mình, phải chăng đó là do trẻ đã không được dạy dỗ đúng cách?

Hơn nữa, những đứa trẻ không được yêu thương theo cách mà chúng mong muốn ở giai đoạn 0-6 tuổi khi đến tuổi dậy thì, tự chúng sẽ cảm thấy cần phải làm sao đó để mình được yêu thương theo cách mà chúng mong muốn. Một trong những biến thể của chuyện đó là chúng muốn sống chung với người yêu dù bản thân



chưa hề tự lập được trong cuộc sống. Tôi không hề có ý định bào chữa gì cho những thanh niên đó, nhưng tôi nhìn nhận hiện tượng này như một sự bất hạnh của giới trẻ hiện đại ngày nay.

Sigmund Freud, cha đẻ của ngành phân tâm, dạy cho chúng ta nhận biết những gì trong tâm tưởng mà ngày thường chúng ta không nhận ra, những vấn đề tâm lý hay những gì thuộc về thể giới bản năng của con người. Freud cho rằng: “Con người, từ khi sinh ra đến khi mất đi, đều có những biểu hiện ham muốn tính dục một cách mạnh mẽ” và ông gọi đó là “Libido”. Những ham muốn đó không chỉ có ở thời kì dậy thì hay đối với thanh niên mà có cả ở những đứa trẻ nhỏ hay những người cao tuổi sắp gần đất xa trời. Chẳng hạn như một đứa trẻ chạm môi mình vào bầu sữa mẹ, chạm tay mình, chạm cả cơ thể của mình vào người mẹ. Mẹ sẽ vuốt ve má con, cho con bú, ôm con để con được chạm rãi bú sữa. Những hành động này là do đứa bé muốn được thỏa mãn tính dục của mình, bổ sung những gì thuộc về “Libido” của mình.

Nếu nói là Libido hay ham muốn tính dục có lẽ hơi khó hiểu nhưng nếu nhắc đến việc tiếp xúc da giữa mẹ và con bạn có thể hiểu dễ dàng hơn. Nghiên cứu đã chỉ ra rằng, một đứa trẻ không

được da tiếp da giữa mẹ và con thì khi lớn lên sẽ muốn bù đắp lại điều đó. Một trong những cách bù đắp đó là tìm kiếm người yêu và ràng buộc người đó bằng những quan hệ thể xác dễ dãi. Nhưng trong thời kì sơ sinh, nếu được nuôi nấng với những tiếp xúc cơ thể đầy đủ, đứa trẻ sẽ có mối quan hệ vững chắc với gia đình và bạn bè. Vì thế mà khi đến tuổi dậy thì, đứa trẻ khi ấy cũng không dễ nảy sinh mối quan hệ thể xác với người khác giới.

Cha mẹ ngược đãi con cái

Khi tôi đi khắp các tỉnh thành ở nước Nhật để tham dự các buổi hội thảo, tôi có cơ hội được nghe nói nhiều hơn về vấn đề ngược đãi trẻ, hóa ra trên thực tế mối quan hệ giữa bố mẹ, vợ chồng, gia đình đang bị mai một nhiều hơn so với những gì tôi tưởng tượng. Tôi luôn tự hỏi nước Nhật đã trở thành một quốc gia như thế nào?

Ngược đãi trẻ em và ghét bỏ trẻ em là hai việc hoàn toàn khác nhau. Bố và mẹ đều có thể là người ngược đãi trẻ em. Người mạnh thường hay có hành vi bạo ngược với người yếu thế hơn. Nhưng gần đây, nhiều người mẹ ngược đãi ngay cả với đứa con của mình. Nhưng họ làm vậy không phải vì họ không cần đứa bé nữa. Vậy nên cho dù trung tâm tư vấn trẻ em có can thiệp và giữ đứa bé lại,

người mẹ cũng sẽ vẫn đến đón con về. Những bà mẹ kiểu này khác hẳn với người mẹ muốn vứt bỏ đi đứa con của mình. Vấn đề là ở chỗ khi đứa trẻ làm không đúng ý của mình, người mẹ trở nên hết sức cáu kỉnh, tức giận, đến mức mất kiểm soát. Trong xã hội, một số người như vậy luôn đặt cách sống, niềm vui và hạnh phúc của mình lên hàng đầu. Nói cách khác, đó là những người sống theo chủ nghĩa vị kỉ, luôn lấy mình làm trung tâm. Và những người này đang ngày một nhiều lên. Ở phần trên tôi đã đề cập đến những ông bố bà mẹ có thể điểm nhiên khen con chó cưng của mình dễ thương, nhưng họ lại không nghĩ đứa con của mình dễ thương.

Ngày càng có nhiều bà mẹ bàng quan, không cho con mình ăn sáng trước khi đưa đến trường mẫu giáo trong khi bản thân mình lại có thể ung dung ghé tiệm cà phê ăn sáng trên đường đến chỗ làm. Ngược đãi không chỉ dừng lại ở thể xác hay vật chất mà nó còn bao gồm cả việc bỏ bê con cái về tinh thần và tâm lý. Không đón nhận trẻ và không cố gắng thực hiện những đòi hỏi của trẻ, tùy từng mức độ, cũng bị coi là một dạng ngược đãi. Không cho con mình ăn sáng mà đưa đến nhà trẻ, xét về mặt tình cảm, cũng có thể bị xem là một điều rất gần với ngược đãi. Những người có thể điểm nhiên làm những việc này cũng đang dần tăng lên.

Có một khảo sát cho thấy những người ngược đãi trẻ em đa phần là người mẹ. Có đến 60% đến 65% trong số các bà mẹ đó là

những người cũng đã từng bị ngược đãi. Có trường hợp ngược đãi bằng vũ lực và cũng có những trường hợp ngược đãi về tinh thần hay tâm lý. Tuy không phải dùng vũ lực thô bạo nhưng nếu tính cả thái độ người mẹ đối xử lạnh lùng, khó chịu với trẻ thì 100% bà mẹ ngược đãi con mình đều từng bị bố mẹ ngược đãi. Tại sao lại như vậy?

Tôi tình cờ đọc được một bức thư do một người phụ nữ trung niên gửi đến một tờ báo địa phương. Người phụ nữ đó đã thẳng thắn viết rằng: “Những ông bố bà mẹ làm con mình bị thương nặng hay thậm chí giết con mình thường đã từng bị ngược đãi. Nếu quả thực như vậy thì chính họ là người hiểu hơn ai hết việc đứa trẻ phải khổ sở đến mức nào khi bị bố mẹ ngược đãi. Tại sao họ lại nỡ để con phải chịu đựng nỗi đau giống với mình như thế? Tôi thật không thể lý giải được điều đó.”

Một nhà tâm lý lâm sàng học của một Trung tâm tư vấn trẻ em đã trả lời câu hỏi đó. Tôi xin được bổ sung thêm ít nhiều những điều tôi cảm nhận được như sau: “Những người thuở nhỏ bị bố mẹ ngược đãi sẽ có nhu cầu được yêu thương rất lớn. Vì thế, cảm giác yêu thương của họ dành cho con cái không thể nào lớn bằng cảm giác bản thân họ mong muốn có được sự yêu thương.” Các ông bố bà mẹ ấy không thể nghĩ được đến việc yêu thương con mình mà chỉ nghĩ đến việc làm sao để bản thân mình được yêu thương.



Tôi biết rất nhiều trường hợp người mẹ ngược đãi con mình nhưng tôi chưa từng thấy cặp vợ chồng nào có quan hệ hôn nhân tốt đẹp lại ngược đãi con mình cả. Những cặp vợ chồng đó luôn mong muốn nuôi dạy con, cảm thấy có động lực, có niềm hi vọng với đứa con. Rốt cuộc, để ngăn chặn được nạn ngược đãi trẻ, chúng ta chỉ có thể hỗ trợ cho mối quan hệ của cha mẹ chúng. Thiết nghĩ, mỗi cá nhân trong môi trường liên quan đến trẻ nhỏ nên cố gắng cảm thông và chia sẻ với các vị phụ huynh nhiều hơn.

Sống khép mình – hiện tượng tự kỷ đặc thù của Nhật

40 năm trước, khi đi du học ở Canada, tôi đã được học về Erik H. Erikson. Thấy hướng dẫn tôi là nhà phân tích tâm lý học nổi tiếng Karl Klein. Klein là bạn thân của Erikson và cũng là người luôn đứng trước những bác sĩ trẻ muốn trở thành bác sĩ tâm lý nhi khoa như chúng tôi để đưa ra những bài giảng về Erikson.

“Mặt trái của niềm tin cơ bản là sự hoài nghi. Niềm tin cơ bản trao cho con người chính là niềm hi vọng sống. Niềm tin cơ bản là một khái niệm hết sức mơ hồ. Nếu chuyển thành một khái niệm

khác dễ hiểu hơn, ta có thể biến nó thành niềm hi vọng.” Thầy hỏi chúng tôi: “Vậy bên trong sự hoài nghi là gì?”. Nếu được hỏi: “Mặt trái của hi vọng là gì?”, các bạn sẽ trả lời ra sao? Chúng tôi đã trả lời một cách khá đơn giản và dựa phần nhiều vào trực giác. Đó là “sự thất vọng”. Thầy Klein đã đoán trước được câu trả lời này của chúng tôi. Nhưng thầy đã dạy chúng tôi: “Erikson đã có rất nhiều nghiên cứu và nhận ra rằng ngược lại với hi vọng là “Withdrawal” (sự khép mình, tự kỷ).

Ngày nay, trong xã hội Nhật, sống khép mình, tự kỷ là cả một vấn đề lớn khi nghĩ đến những vấn đề chung về trẻ em, tâm thần y học thanh thiếu niên, hay tinh thần gia đình. Hiện tượng bỏ học và hiện tượng thanh thiếu niên khép mình được xem là một chuỗi sự việc liên đới đến nhau. Theo phát biểu của Bộ Giáo dục Văn hóa Khoa học Nhật (năm 2003) có đến 140.000 học sinh tiểu học ở Nhật Bản bỏ học giữa chừng. Những người đang dạy tại các trường học có thể nắm rõ số học sinh không đến trường nhưng nếu phải tính cả số người lớn sống khép mình thì họ không thể nắm được. Người ta áng chừng con số này khoảng 1 triệu người. Tuy nhiên, khi tôi tham gia vào một cuộc hội thảo do gia đình những người mắc chứng tự kỷ tự tổ chức, tôi được nghe rằng theo thống kê trên mạng Internet, khắp cả nước Nhật có khoảng từ 1,5 đến 1,6 triệu người. Nếu như vậy nếu tính gộp cả người già

và trẻ sơ sinh thì cứ 100 người Nhật có ít nhất hơn 1 người bị rơi vào tình trạng “sống khép mình”. Quả là một con số khổng lồ. Vì sao hiện tượng này lại xảy ra ở Nhật, từng người, từng người một trong chúng ta phải suy nghĩ về nó.

Tại một hiệu sách trong nhà ga Nagoya, tôi đã tìm được một cuốn sách có tựa đề là *Đất nước của những người sống khép mình* của phóng viên nổi tiếng Micheal Zielenziger. Zielenziger đã thực hiện rất nhiều cuộc phỏng vấn những thanh niên Nhật, những chuyên gia, những bậc làm cha mẹ về hiện tượng sống khép mình này. Và cũng từ đó, anh đưa ra rất nhiều phê phán. Chẳng hạn hãy thử so sánh giữa ba nước Nhật, Hàn và Trung Quốc. So với hai nước kia, chỉ có duy nhất giới trẻ của Nhật “bị chi phối đến mức đáng ngạc nhiên bởi sự bất lực và bi quan”. Những người sống khép mình thoát nhìn có vẻ như là những người không có năng lực nhưng tuyệt đối họ không phải là những con người “lười biếng”. Ngược lại, phần nhiều trong số họ là những người “thông minh, tinh tế và có ý thức về bản thân rất cao”.

Hơn nữa, Zielenziger cũng cho rằng quá trình hình thành “Attachment” (sự gắn bó) là khá lỏng lẻo giữa bố mẹ và con cái ở Nhật. “Attachment” là một cảm giác đặc biệt được hình thành từ giai đoạn sơ sinh cho đến giai đoạn 1-3 tuổi. Sự gắn bó không

dành cho nhiều người mà chỉ với một người thân thiết. Không tính các trường hợp ngoại lệ, thường là tình cảm yêu thương dành cho người mẹ sẽ là nền tảng quan trọng nhất, dựa vào đó, tình cảm dành cho nhiều người khác sẽ được phát triển theo. Đó là cảm giác tin tưởng chắc chắn rằng mình sẽ được người này yêu thương một cách vô điều kiện. Tình cảm này sẽ theo chúng ta trong suốt cuộc đời. Nhưng theo Zielenziger, thứ tình cảm gắn bó này rất mờ nhạt ở người Nhật.

Thậm chí ông còn phê phán là trong quá trình nuôi dạy con, những cuộc đối thoại thành thật trong gia đình Nhật là rất hiếm. Thử nghĩ xem trong gia đình của mình, liệu chúng ta có thể nói thật lòng được đến đâu? Từ khi còn nhỏ, chẳng phải chúng ta vẫn phải nhìn vẻ mặt của bố mẹ mình để nói chuyện hay sao? Đúng ra chúng ta phải nuôi dạy làm sao để bọn trẻ có thể yên tâm nói ra mọi điều chúng muốn. Đối với một đứa trẻ, nếu không tin tưởng một cách tuyệt đối, chúng không thể nào nói thật tất cả những gì chúng nghĩ. Khi mượn lời của Erikson về niềm tin cơ bản, ta thấy rằng nếu niềm tin vào bản thân mình không đủ lớn thì niềm tin vào người khác cũng vậy. Đó chính là một vấn đề lớn mà Zielenziger đã đề cập đến.

Erikson đã nói rằng “Con người ta chỉ có thể trưởng thành từ những mối quan hệ với con người mà thôi”. Và “mối quan hệ



khiến người ta trưởng thành là mối quan hệ mà ở đó ta có thể cảm nhận được những gì ta cho đi nhiều như những gì ta nhận lại.” Ta có thể thấy rất rõ điều này. Chẳng hạn, nếu người mẹ cảm thấy hạnh phúc khi gần gũi đứa trẻ thì đứa trẻ cũng sẽ tự nhiên cảm thấy hạnh phúc khi ở bên cạnh mẹ mình. Mối quan hệ giữa con người bao giờ cũng như vậy.

Katsuyama, một người tự kỷ đã viết trong cuốn sách của mình là: “Những người sống khép mình cần ai đó nói với họ một cách tha thiết là ‘Không ai có thể thay thế bạn’ và rằng ‘Tôi cần bạn’. Đó là con đường ngắn nhất để một người đang sống khép mình có thể bình phục được.” Thế nhưng rất khó để gặp được những người nói ra những câu như thế. Vì thế mà rất nhiều người sống khép mình hoặc những người đã bỏ học giữa chừng có thể hòa nhập trở lại với xã hội sau khi tham gia các hoạt động tình nguyện.” Con người luôn muốn thể hiện bản thân mình với những người cảm thấy cần và muốn ở bên cạnh mình. Sự tự khẳng định bản thân, sự trân trọng bản thân cũng được hình thành từ đó. Khi còn nhỏ, nếu đứa trẻ được người mẹ dạy dỗ để có được cảm giác như thế

trong mối quan hệ với những người khác thì đứa trẻ ấy sẽ hạnh phúc hơn nhiều.

Mẹ Teresa cũng có một câu nói rất nổi tiếng: “Nơi bắt đầu của tình yêu chính là gia đình”. Nếu đứa trẻ không được yêu thương đầy đủ trong chính gia đình mình, chúng cũng sẽ không có đủ năng lực để yêu thương người khác. Lối sống của đứa trẻ trong gia đình những ngày thơ ấu sẽ ảnh hưởng rất nhiều đến cách sống sau này ở thời kì trưởng thành. Tôi có thể cảm nhận rõ ràng điều này khi đọc cuốn *Đất nước của những người sống khép mình*. Và tôi cũng mong những cuộc nói chuyện rộn ràng vui vẻ sẽ quay về với các gia đình trên đất nước Nhật Bản.

Chương 2

Sự phát triển và những vấn đề trong các mối quan hệ con người



MÔ HÌNH VÒNG ĐỜI CỦA ERIKSON

Erik. H. Erikson đã thực hiện rất nhiều nghiên cứu để viết về các giai đoạn trong chu kỳ sống của một con người và hình mẫu điển hình để một người có thể sống khỏe mạnh và hạnh phúc trong từng thời kỳ nhất định. Để có tinh thần khỏe mạnh, con người từ khi mới sinh ra đến khi già phải tìm cách tháo gỡ mâu thuẫn trọng tâm trong từng mắt xích một của đời người, đó là “những vấn đề cần giải quyết trong từng giai đoạn phát triển.” Erikson không phân chia tuổi của từng giai đoạn đó, nhưng trong cuốn sách này, để bạn đọc dễ hiểu, tôi sẽ dùng cách ước chừng tuổi ở từng thời kỳ.

Mỗi thời kỳ sẽ có những vấn đề và chúng ta buộc phải giải quyết những vấn đề trong giai đoạn ấy ngay chứ không thể để đến giai đoạn sau được. Bởi nếu những vấn đề quan trọng vốn dĩ phải được giải quyết khi còn thơ bé lại không được giải quyết ổn thỏa ngay lúc đó, thì khi lớn hơn, trở thành học sinh tiểu học, trung học hay trung học phổ thông, trẻ không thể có được các mối quan hệ tốt trong xã hội, không thể thích nghi được, thậm chí phải chịu đựng nhiều sự buồn bã, đau khổ. Một ví dụ gần gũi nhất đó là vấn nạn bỏ học giữa chừng. Hoặc có những người xét về cả trí tuệ, hình thể hay tuổi tác đều đã hoàn toàn là người lớn, nhưng họ không có ý muốn đi làm, không thể hiện tình cảm, dần trở thành những người sống khép mình.



Những người đó các nhà khoa học gọi là “Adult children”, nghĩa là những đứa trẻ con trong lốt người lớn. Dẫu bề ngoài là người lớn nhưng thực ra họ là những người không thể giải quyết được các vấn đề của mình khi còn là một đứa trẻ. Vì thế họ cảm thấy ngột ngạt, không thể bước tiếp về phía trước. Một trong những ví dụ điển hình đó là sự rối loạn nhân cách ranh giới. Gần đây, những người mắc chứng bệnh này cũng tăng lên khá nhanh.

Và đến đây, thông qua những nghiên cứu của Erikson cũng như bốn năm kinh nghiệm của tôi về lâm sàng học, tôi sẽ giới thiệu cụ thể về từng giai đoạn phát triển của con người.

Việc nuôi con bắt đầu ngay từ thời điểm mang thai

Tôi đã làm việc trên 20 năm tại một Trung tâm tư vấn nhi đồng ở thành phố Yokohama. Ở đó tôi tổ chức nhiều lớp học thai giáo để tư vấn cho các cặp vợ chồng trẻ lần đầu mang thai. Khi mang thai, người mẹ không những phải chú ý đến sức khỏe của bản thân mà còn phải có một tâm trạng thoải mái. Ngược lại, nếu người mẹ có cảm giác căng thẳng, bức bối thì thai nhi cũng không thể mạnh khỏe được.

Ngay từ khi còn nằm trong bụng mẹ, hài nhi nhỏ bé đã bắt đầu hình thành mối liên hệ với mẹ mình. Ở Ý, những nghiên cứu về thời kì đầu thai kỳ phát triển đến mức, họ tạo ra một thiết bị để quan sát những hoạt động của não thai nhi từ phía ngoài bụng mẹ. Các thử nghiệm cho thấy rằng trẻ đã nghe và phản ứng rất nhạy với những lời nói hàng ngày của người mẹ ngay khi còn nằm trong bào thai.

Nhưng đứa trẻ hầu như không phản ứng với tiếng nói của bố. Vậy có phải chúng chỉ thích thú với tiếng nói của phụ nữ thôi chẳng? Khi nữ y tá gọi chuyện với đứa bé, đứa bé cũng không phản ứng lại. Điều đó có nghĩa là bé đã biết phân biệt người lạ và người quen. Thường ở tuần thứ 38, đứa trẻ sẽ nhận biết được giọng nói của mẹ mình.

Erikson đã nói rằng: “Nếu người mẹ cảm thấy vui vẻ khi ở cùng với con, con cũng sẽ thấy hạnh phúc”. Nhưng không phải việc đó bắt đầu từ khi đứa trẻ được sinh ra mà tôi muốn nói ngay khi đứa trẻ còn nằm trong bụng mẹ, người mẹ cũng nên có tình cảm, sự khao khát, mong chờ được gặp gỡ đứa con của mình.



GIAI ĐOẠN NHỮ NHÌ

“Giao tiếp nụ cười” giữa mẹ và con

Henri Wallon, nhà tâm lý học người Pháp, đã quan sát được, sau khi sinh khoảng một đến hai tháng, khi cổ chưa được cứng cáp lắm, đứa trẻ đã biết mỉm cười với mẹ khi nhìn thấy nụ cười mẹ dành cho mình. Wallon gọi hiện tượng này là “giao tiếp nụ cười” giữa mẹ và con.

Khi người mẹ mỉm cười với đứa trẻ, dù có trễ hơn đôi chút song đứa trẻ cũng biết mỉm cười lại với mẹ mình. Điều này khiến Wallon rất ngạc nhiên. Nếu người mẹ đột ngột không cười nữa, đứa trẻ cũng ngơ ngác một lúc và sau đó cũng tắt nụ cười. Một đứa trẻ mới một, hai tháng tuổi lại lộ rõ vẻ mặt ngơ ngác, thật đáng kinh ngạc. Chỉ có thể lí giải là con người từ khi mới sinh ra đã có sự đồng điệu với người khác. Điều quan trọng là chúng ta nên vun đắp sự đồng điệu sâu sắc sẵn có của một đứa trẻ từ khi mới lọt lòng này như thế nào.

Khi được hai, ba tháng tuổi, một đứa trẻ bắt đầu biết đòi hỏi mẹ luôn có mặt ở bên cạnh mình. Khi mẹ bận việc và không có

ở cạnh bên, chúng bắt đầu khóc và quấy. Khi mẹ quay lại, trẻ lại trở nên bình thường. Sau đó, đến khoảng ba hay bốn tháng, khi cổ của trẻ trở nên cứng cáp hơn, trẻ không chỉ đòi mẹ phải ở cạnh mình mà còn đòi hỏi người mẹ phải làm những điều khiến cho mình vui nữa. Thông thường điều mà đứa trẻ đòi hỏi nhiều nhất là mẹ phải bế ẵm mình, sau đó là làm điều này, làm điều kia cho mình. Tất cả những nhu cầu đó được đứa trẻ đưa ra một cách rất rõ ràng.

Từ bốn đến năm tháng, muộn nhất là trước tháng thứ sáu, những cảm xúc của trẻ sẽ trở nên khác biệt và phát triển nhanh chóng hơn. Trẻ sẽ yêu cầu mẹ phải vui vẻ làm những điều mà chúng thích. Có thể đây là một yêu cầu khá xa xỉ nhưng theo Wallon đó là một trong những cảm xúc mang *nhân tính* nhiều nhất. Lúc đó, cảm giác “chia sẻ vui buồn với người khác” đã được gieo mầm và nảy nở trong lòng trẻ. Và vì thế trẻ mới có những đòi hỏi như vậy. Bởi thế, trong giai đoạn này, những người chăm sóc trẻ nên tâm niệm rằng khi mình làm những điều khiến trẻ vui vẻ thì chính bản thân mình cũng cảm thấy thích thú với điều đó. Đây chính là vấn đề quan trọng nhất trong thời kì phát triển này của trẻ.

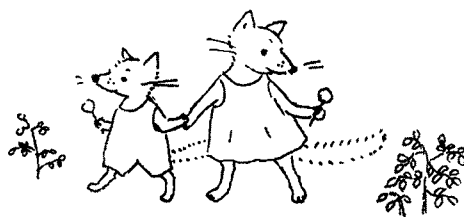
Sau một thời gian dài tìm tòi và nghiên cứu, Wallon thấy rằng điều này không chỉ có ở trẻ con mà ngay cả với người lớn cũng



vậy. Ông đã đi đến một kết luận là nếu người lớn không được trải nghiệm, được sẻ chia đầy đủ buồn vui với người khác, chúng ta sẽ không hoàn toàn hình thành được cảm giác thấu hiểu với những đau khổ, buồn bực của người khác. Chính việc sẻ chia niềm vui và nỗi buồn với người khác là điều được nuôi dưỡng, hình thành trong mỗi gia đình. Và trong các thực nghiệm về sự đồng cảm của mình, Wallon thấy rằng điều đó cũng là tiền đề cho sự phát triển các kĩ năng, cảm xúc trong giao tiếp.

Winnicott, một chuyên gia nổi tiếng của Anh về y học thần kinh trẻ sơ sinh cũng cho rằng: “Trẻ sơ sinh không có khái niệm về sự tách rời khỏi người mẹ. Nếu phải rời xa mẹ, đứa trẻ chỉ có thể cảm nhận duy nhất một điều: sợ hãi và bất an”.

Theo cách hiểu của tôi, việc phải sống tách biệt khỏi mẹ là điều mà trẻ sơ sinh chưa thể nào hiểu được. Vì thế mà đứa trẻ sẽ luôn nghĩ mình và mẹ là một. Trên thực tế, khi phải gửi trẻ ở trường mẫu giáo nghĩa là đã bắt đầu có sự cách ly giữa mẹ và con. Vậy tại sao trẻ lại có thể chấp nhận được sự cách ly giữa mẹ và con, điều “chỉ chứa đựng đầy sự sợ hãi” đó? Thông qua rất nhiều những quan sát lâu năm của mình, Winnicott đã thấy rằng: “Nếu đứa



trẻ cảm thấy yên tâm về tình cảm mà người mẹ dành cho mình, chúng tự khắc sẽ nảy nở cảm giác an toàn. Nhờ có cảm giác an toàn đó, trẻ hình thành được một không gian an toàn trong tâm tưởng xung quanh trẻ. Có được không gian an toàn trong tâm tưởng đó, trẻ sẽ không cảm thấy buồn bã, bất an hay bồn loạn dẫu có bị tách rời khỏi mẹ đi chăng nữa”.

Thời kì bồi đắp lòng tin cơ bản cho trẻ

Những phần quan trọng trong đời người được quyết định rất nhiều dựa trên sự phát triển trong giai đoạn sơ sinh. Wallon đã nói rằng: “Sự đồng cảm trong niềm vui chính là nơi bắt đầu của những xúc cảm trong giao tiếp”. Winnicott cho rằng: “Đứa trẻ nào cảm nhận được đầy đủ tình yêu thương của mẹ sẽ không cảm thấy bất an và có thể hòa nhập với người khác rất dễ dàng cho dù nó có bị tách rời khỏi mẹ đi chăng nữa”.

Và theo Erikson, vấn đề trong sự phát triển của trẻ thời kì này chính là việc nuôi dưỡng và vun đắp “lòng tin cơ bản” của trẻ. Vậy “lòng tin cơ bản” là gì? Trong giai đoạn đầu của trẻ sơ sinh (giai

đoạn nhũ nhi), trẻ hoàn toàn không thể tự mình làm được điều gì. Ngay cả những điều như trẻ muốn uống sữa, muốn đi vệ sinh, muốn được thay tã ướt, hoặc đơn giản là trẻ đang chán hay cảm thấy cần có ai đó bên cạnh, trẻ chỉ biết khóc để thể hiện điều đó.

Lúc đó, trẻ biết mẹ sẽ ngay lập tức xuất hiện và đáp ứng mọi nhu cầu của trẻ. Qua con mắt trẻ, những điều này là sự thỏa mãn vô điều kiện với mọi ước muốn của trẻ. Hay nói một cách khác là trẻ đã được yêu thương đúng cách mà mình muốn. Đối với trẻ, người nào yêu chúng theo đúng cách chúng muốn và làm những gì chúng yêu cầu thì người đó là người đáng để trẻ yêu thương và tin tưởng.

Nhiều người lo ngại rằng nếu cứ làm theo tất cả những gì trẻ muốn như thế, liệu đứa trẻ có trở thành người không biết nghe lời hay không. Nhưng thật sự hoàn toàn không phải vậy. Việc làm theo mọi đòi hỏi của một đứa trẻ hầu như không thể tự mình làm được điều gì như thế hoàn toàn không hề có gì tiêu cực cả. Khi lớn lên, bước vào thời kì dậy thì hay thanh niên, tất cả đều trở thành điểm cộng.

Erikson đã nói rằng: “Con người ta, nếu được nuôi nấng theo cách mình mong muốn, thường người ấy sẽ có nhiều hi vọng trong cuộc sống. Cốt lõi trong niềm tin cơ bản chính là niềm hi

vọng.” Erikson đã lý giải cả vấn đề về khả năng tin tưởng vào con người – cơ sở của niềm tin cơ bản – rằng “Khả năng có thể tin tưởng vào người khác và vào chính mình là hai mặt của một thể thống nhất, chúng không tách rời nhau. Nếu không thể tin tưởng được người khác cũng đồng nghĩa với việc bạn không thể nào tin tưởng được bản thân mình.”

Nếu được nuôi nấng theo hướng ấy, trẻ sẽ phát triển được cảm xúc đồng điệu với người đối diện. Với cảm xúc này, trẻ sẽ biết suy nghĩ cho người khác hơn, cảm thấy niềm vui của người khác cũng là niềm vui của mình, và càng lớn hơn thì trẻ lại càng thể hiện sự cảm thông với nỗi buồn, sự đau khổ của người khác.

Mong muốn chia sẻ với người khác về những niềm vui của mình sẽ được phát triển liên tục đến khi trẻ được 3 tuổi. Sau giai đoạn này, cảm xúc đó sẽ không phát triển nữa. Chính vì vậy, bạn nên cùng trẻ làm những điều trẻ thích và chia sẻ với trẻ những điều làm trẻ cảm thấy buồn. Đó chính là nhiệm vụ của bố mẹ trong giai đoạn trẻ nhũ nhi.



“Tham chiếu xã hội” (Social referencing) là gì?

Robert N. Emde, người tiên phong trong ngành y học tâm thần nhi sơ sinh ở trường Đại học Colorado, có một nghiên cứu về những cảm xúc, tình cảm của con người và trẻ em, mà ông gọi là “Social reference”. Nếu dịch sát nghĩa nhất, có thể nói đó là sự “tham chiếu xã hội”. Nhưng nó còn có hàm ý là trong cuộc sống ở xã hội này, chúng ta nên xem đâu là phạm vi hoạt động của mình. Emde đã liên tục thực hiện các cuộc khảo sát trong suốt hơn 10 năm liền với các trẻ em được nuôi nấng ở nhà hay ở các Trung tâm bảo trợ và từ khi các em còn là trẻ sơ sinh đến khi bước vào các thời kì như giai đoạn dậy thì, giai đoạn thanh niên.

Trẻ từ 6 tháng đến 1,5 hoặc 2 tuổi đã bắt đầu biết bập bẹ nói chuyện hay chấp chững đi lại. Và chúng sẽ tự đi lại, cử động theo ý muốn của mình. Những lúc đó, trẻ sẽ tự tiện sờ mó, động chạm vào nhiều thứ không sạch sẽ, nguy hiểm hay không được phép đụng vào. Khi gặp những thứ chưa từng biết đến, thường trẻ sẽ không đột ngột cầm nắm hay sờ mó đến chúng mà sẽ quay lại phía mẹ mình. Vì sao trẻ lại có hành động đó? Vì trẻ thường cảm thấy bất an và sợ hãi với những điều mình không biết, khi đó trẻ sẽ quay về tìm kiếm ánh mắt bảo bọc từ phía mẹ hay người chăm sóc mình. Cứ như vậy, nếu mẹ và người chăm sóc giúp trẻ xua đi tâm

trạng lo lắng, bất an và nghi ngờ, tự khắc trong cảm xúc của trẻ sẽ xuất hiện cảm giác “social reference”, hay nói cách khác là phạm vi hoạt động của trẻ sẽ dần được hình thành. Nhưng nếu trẻ ngoài đầu nhìn lại và không thấy mẹ hay người chăm sóc mình, cảm giác “tham chiếu xã hội” của trẻ sẽ không được hình thành nữa.

Trong cuộc sống thường nhật, chúng ta phải tuân theo những quy tắc nhất định. Nhưng có những người lại đi chen lấn trên sân ga lúc chờ tàu. Hay những thanh niên khỏe mạnh lại đi ngồi vào những chiếc ghế ưu tiên cho người già. Những hành vi đó không dẫn đến mức vô văn hóa hay vi phạm pháp luật nhưng rõ ràng họ là những người không có được sự tham chiếu xã hội.

Theo kết quả nghiên cứu mà Emde đã thực hiện liên tục trong nhiều năm liền, khi quan sát trực tiếp những đứa trẻ trong giai đoạn nhũ nhi tại các môi trường khác nhau ở Mỹ, những đứa trẻ thường xuyên cư xử vô văn hóa hay có những hành vi phạm pháp khi được 10 tuổi đều có những vấn đề chung trong suốt thời gian từ 6 tháng tuổi đến một tuổi rưỡi.

Khác với những nghiên cứu về “social reference” của Emde, tôi muốn nói thêm về một nghiên cứu riêng biệt khác của Margaret S. Mahler, liên quan đến tâm lý phát triển đối với những đứa trẻ ở giai đoạn này. Margaret S. Mahler, người đã để lại rất nhiều thành tựu trong việc nghiên cứu về tâm lý trẻ sơ sinh, dành rất nhiều thời

gian để quan sát trẻ trong giai đoạn nhũ nhi. Bà chỉ ra rằng từ 9 tháng đến 25 tháng tuổi là giai đoạn trẻ phát triển mạnh về tâm lí. Trong giai đoạn này, việc trẻ sống cùng với mẹ, có mối quan hệ phụ thuộc vào mẹ sẽ có một ý nghĩa vô cùng to lớn trong cuộc sống độc lập giữa mẹ và con sau này.

Những đứa trẻ trong giai đoạn này thường bắt đầu nghĩ về việc đi lung tung từ chỗ này sang chỗ khác hay tự tiện làm theo ý mình. Tuy nhiên, trẻ cũng có những nỗi bất an, lo sợ bị lạc mất mẹ. Vì thế, khi cần thiết, trẻ sẽ quay lại nhìn mẹ để chắc chắn rằng mình không bị lạc mất mẹ. Những lúc đó, mẹ hay là người nào đó đang thay mẹ trông bé nên nói với bé: “Có mẹ đây rồi, con không phải sợ đâu”, “Đừng đến chỗ đó. Mẹ sẽ bế con nhé, con lại đây với mẹ nào”.

Cứ như vậy, tâm hồn trẻ tự nhiên sẽ hình thành nên một cảm giác an toàn là mẹ sẽ không bao giờ bỏ rơi trẻ, hay trẻ sẽ luôn thấy mẹ ở bên. Cũng có thể nói đây là điều cơ bản nhất trong việc hình thành nên lòng tin. Thế nhưng khi trẻ quay lại nhìn và không thấy mẹ nhiều lần, tự nhiên trong trẻ sẽ hình thành một cảm giác “bị bỏ rơi”, đồng nghĩa với việc trẻ sẽ có cảm giác mình có thể bị bỏ rơi bất cứ lúc nào. Cảm giác đó nằm rất sâu trong tâm hồn trẻ nên có thể chúng ta sẽ khó nhận ra. Nhưng Mahler đã nhận ra điều đó trong những quan sát kĩ lưỡng của mình.



Hơn thế nữa, trong giai đoạn trẻ em lớn lên, cảm giác “có thể sẽ bị bỏ rơi” này chính là mầm mống tạo nên trạng thái trầm cảm ở con người. Những bác sĩ thần kinh tin rằng, căn bệnh tinh thần ngày nay – chứng “rối loạn nhân cách ranh giới”, cũng bắt nguồn từ việc trẻ không giải quyết triệt để được những vấn đề của mình từ khi còn nhỏ, hình thành nên những mầm mống trong tâm lý và cảm xúc của những con người mãi không thể tiến lên phía trước được. Chúng ta sẽ cùng tìm hiểu kỹ hơn “trạng thái trầm cảm vì bị bỏ rơi” được hình thành từ sự bất an này.

Trong cuộc sống tập thể và xã hội, không chỉ riêng trẻ con mà ngay cả người lớn lúc nào cũng phải tranh đấu, giữ cân bằng giữa những ham muốn, dục vọng của chúng ta với những cảm xúc về tham chiếu xã hội. Điều đó có nghĩa là việc sống đúng theo những ham muốn, dục vọng của chúng ta hay sống tuân theo những quy phạm của xã hội có sự khác biệt rất nhiều trong mỗi cá nhân. Nhưng những điều cơ bản sẽ được hình thành trong giai đoạn trẻ từ 6 tháng đến 1 tuổi rưỡi, hay chậm nhất là đến khi được 2 tuổi.

Người lớn chúng ta nên suy nghĩ nhiều hơn về tầm quan trọng của việc luôn theo sát trẻ từ khi trẻ mới bập bẹ hay mới lẫm chẫm

biết đi, để mỗi khi ngoái nhìn lại, trẻ đều thấy được những ánh mắt ấm áp đang dõi theo mình.

Hình thành niềm tin cơ bản, vun đắp những tâm hồn biết tin tưởng vào người khác.

Tôi đã đi khắp nước Nhật cũng như các nước khác, tham dự rất nhiều các buổi hội thảo và hội nghị. Tôi đã thấy nhiều trẻ em được bố mẹ dẫn đi theo ở các nhà ga, sân bay. Tôi vốn rất thích con nít nên nếu vô tình bắt gặp ánh mắt trẻ, tôi chắc chắn sẽ mỉm cười, vẫy tay với đứa trẻ. Và những đứa bé đó có rất nhiều cách để đáp trả lại tôi. Đó là điều khiến tôi vô cùng thích thú.

Trên sân ga Shinkansen, khi tôi nhìn thấy một đứa bé chập chững bước theo sau mẹ, tôi đã mỉm cười và vẫy tay chào bé. Trong thoáng chốc, vẻ mặt của bé có vẻ như là đang gặp một chút rắc rối nhỏ. Nhưng sau đó, khi cháu bé chạy thật nhanh để đuổi kịp mẹ và chạm được vào tay hay một phần áo quần nào đó của mẹ, cháu ngoái lại nhìn tôi và cười.

Tất cả trẻ con đều như vậy. Khi xác định chắc chắn mình đang được cha mẹ bảo bọc, ngay cả với những người lạ mặt xung quanh, trẻ cũng sẽ nảy sinh một cảm giác thân thiết. Việc được bố mẹ và



những người trong gia đình bảo bọc một cách đầy đủ thể hiện rõ qua cả những hành động nhỏ nhất trong cuộc sống hàng ngày.

Tôi xin kể thêm một câu chuyện để các bạn thấy rằng tôi đã gặp một đứa trẻ có lòng tin cơ bản được vun đắp tốt ra sao. Trong một cuộc hội thảo ở Nagoya, tôi được tặng một bó hoa rất to và đẹp. Tôi đang ôm bó hoa đứng chờ tàu đi về thì bỗng cảm thấy ở dưới chân có tiếng gì đó. Nhìn xuống, tôi thấy một bé gái khoảng chừng 2 tuổi đang đứng ngay bên cạnh tôi. Tôi rất ngạc nhiên vì cô bé đang thì thầm nói điều gì đó.

Tôi cúi xuống gần hơn và hỏi “Cháu nói gì thế?”. Cô bé nhắc lại “Ông có bó hoa đẹp nhỉ”. Tuy nhiên trên gương mặt cô bé vẫn để lộ ý là sao cháu nói mà ông không nghe thấy. Khi tôi vừa nói “Ông vừa được tặng bó hoa đẹp này đây”, cô bé cười và bảo tôi “Ông có biết trò chơi ú òa không?”. Ngay sau đó, cô bé liền chơi cho tôi xem. Tôi hết sức ngạc nhiên và nhìn xung quanh thì thấy trên dây ghế dài có ông, bà, cha và cô chị lớn hơn cô bé chừng 2 tuổi. Bà của cô bé khá e ngại và nói với tôi: “Xin lỗi, cháu nó đã làm phiền bác”. “Không có gì đâu ạ”, tôi trả lời bà và trong lòng rất vui.

Cô bé đó đã tiến đến gần một người lạ mặt như tôi. Chắc hẳn đó phải là một đứa bé biết tin vào điều thiện, tin vào lòng tốt của người khác. Có những trẻ biết chủ động hòa nhập với người khác. Có những trẻ sẽ phản ứng tích cực lại nếu có ai đó chủ động tiếp xúc với trẻ. Nhưng cũng có trẻ sẽ ngại ngùng khi tiếp xúc với người lạ. Phản ứng nào cũng chính đáng cả. Việc có sự đồng cảm, hiểu được cảm xúc của người khác là điều cơ bản để nuôi dưỡng niềm tin vào con người. Và từ đó cảm giác về giao tiếp cũng sẽ được hình thành.

Ngược lại, trên sân ga tàu điện hay trên đường phố, tôi từng thấy cảnh các cháu bé nhỏ xíu phải cố gắng đuổi kịp những bước chân hối hả của mẹ. Có lúc người mẹ không hề ngoái đầu lại nhìn xem con mình thế nào mà chỉ cắm cúi bước đi. Những lúc đó, quả thật tôi thấy hơi buồn. Những người mẹ trẻ không quay lại xem chừng con mình hay không chịu đi chậm lại, chờ con mình ấy có thể lúc bé họ cũng đã từng bị bố mẹ của mình đối xử như thế.

GIAI ĐOẠN TRẺ TỪ 1- 6 TUỔI

***Tính tự giác là khả năng điều khiển cảm xúc
và hành động bột phát của bản thân***

Erikson đã từng nói: “Muốn trở thành người trưởng thành trong xã hội, những bước đi quan trọng nhất là trong giai đoạn từ nhũ nhi đến 3 tuổi của trẻ. Trong giai đoạn đó, vấn đề quan trọng nhất là việc trẻ biết tin tưởng vào người khác”. “Niềm tin cơ bản” là điều được hình thành và vun đắp một cách đầy đủ nhất trong giai đoạn nhũ nhi.

Trước hết, thông qua bố mẹ mình, trẻ mới có được lòng tin vào người khác. Hơn nữa, nếu được nuôi nấng trong vòng tay của những người thân thiết với bố mẹ hay những người bố mẹ tin tưởng, đứa trẻ cũng sẽ rất yên tâm. Ngược lại, nếu đứa trẻ được giao cho những người không thân thiết, hay không được bố mẹ tin tưởng, chính đứa trẻ sẽ cảm thấy rất bất an.

Vậy vấn đề tiếp theo của trẻ là gì? Theo Erikson, vấn đề của nửa đầu giai đoạn thơ ấu là “tính tự giác”. “Tính tự giác” chứ không phải là tính tự lập. Nói theo tiếng Anh đó là “Self control” (tự kiểm soát bản thân). Tự mình đưa mình vào khuôn khổ theo cách của mình. Đó là việc trẻ tự học cách kiểm soát cảm xúc và hành động bột phát của mình.

Đến độ tuổi bước vào mẫu giáo, tính tự giác trong trẻ sẽ bắt đầu được hình thành. Theo Erikson: “Tính tự giác chỉ có thể hình thành sau khi trẻ có được khả năng tin tưởng vào người khác và chính bản thân mình”. Tôi cũng hoàn toàn đồng ý với ý kiến này.

Vậy làm thế nào để có thể hình thành được tính tự giác trong trẻ? Đó là khi chúng ta dạy bảo trẻ những điều cơ bản trong cuộc sống hàng ngày như là “Không nên làm điều này”, “Phải làm như thế này”, “Phải ráng chịu một chút xịu đi con”. Ta có thể dạy trẻ từng chút một như: “Trước khi ăn con phải rửa tay”, “Dậy là phải rửa mặt nhé”, “Không được dùng tay bốc cơm thế”, “Không phải đi tiểu tiện hay đại tiện ở đâu cũng được mà phải đi ở chỗ như thế này nhé”. Hay đó là lời nhắc “Con không được đi chân đất”, “Đi đâu cũng phải mang giày vào nhé. Nếu không tự mang được mẹ sẽ giúp con”... Chúng ta nên dạy trẻ từng điều một.

Thế nhưng, trẻ em sẽ không làm được ngay những điều vừa được dạy. Vì thế, cho đến khi trẻ có thể tự mình làm được điều ấy, bạn nên kiên trì dạy cho trẻ. Nếu trẻ không làm được cũng không nên la mắng. Dù mất thời gian đi chăng nữa bạn cũng nên giúp trẻ thực hiện từng điều một.

Điều quan trọng nhất là để trẻ tự quyết định việc của mình. “Mất bao lâu cũng được, mẹ sẽ đợi cho đến khi con quyết định

được con sẽ làm như thế nào”. Đó chính là tính tự giác. Trong lúc bố mẹ đợi trẻ đưa ra quyết định của mình, trẻ sẽ băn khoăn giữa những lựa chọn, làm thế này hay làm thế kia. Nhưng khi tự trẻ lựa chọn cho mình một hành động thích hợp cũng là lúc tính tự giác của trẻ được hình thành.

Nếu bố mẹ cứ liên tục thúc ép con là “Vẫn chưa được à?”, “Làm nhanh lên!”, “Phải nói bao nhiêu lần con mới nhớ hả?”, tính tự giác của đứa trẻ sẽ dần bị mất đi. Nếu không để trẻ tự quyết định việc của mình, cho dù trẻ có lớn đến thế nào đi nữa thì tính tự giác của trẻ cũng sẽ không thể hình thành được.

Có nhiều ông bố, bà mẹ trẻ nghĩ là nếu không nghiêm khắc rắn dạy từ nhỏ, trẻ sẽ trở nên ỷ lại, hay hư hỏng do được nuông chiều. Nhưng việc các ông bố bà mẹ nghĩ rằng mình đang nghiêm khắc với con để chúng tự giác hơn là hoàn toàn sai lầm. Trong trường mẫu giáo có những bé rất dễ dạy bảo nhưng cũng có những bé không như thế. Một số bé không thể hòa đồng, không thể đồng cảm với bạn, không thể giao tiếp tốt, không thể thể hiện tốt cảm xúc của mình. Việc dạy bảo những bé đó thực sự rất khó. Dù như vậy nhưng nhờ việc kiên nhẫn nói với trẻ rằng không được làm điều này, không được làm điều kia, sẽ giúp trẻ có được khả năng điều chỉnh hành động và ý muốn của mình.



Vậy câu hỏi được đặt ra là bảo ban trẻ ở mức độ nào là hợp lý. Tôi nghĩ mỗi bậc phụ huynh đều có thể dạy con theo cách của riêng mình. Thế nhưng bạn cũng cần phải biết là những đứa trẻ khó nghe lời thường là những đứa trẻ ít có khả năng tin tưởng vào cha, mẹ, những người chăm sóc mình hay thầy cô giáo ở trường.

Hơn nữa, các bạn phải luôn luôn nhớ một điều là không được làm tổn thương lòng tự trọng của đứa trẻ trong khi dạy dỗ chúng. Nếu trong giai đoạn này, chúng ta dạy bảo trẻ một cách đúng đắn thì sau đó mọi thứ sẽ phát triển rất tự nhiên. Thế nhưng, một khi đã thất bại ở giai đoạn đầu, làm tổn thương lòng tự tôn của trẻ, chúng ta sẽ gặp khó khăn trong việc dạy bảo và giáo dục trẻ sau này.

Không riêng gì trẻ con, đã là con người thì điều khiến lòng tự trọng của chúng ta tổn thương nhiều nhất là bị so sánh với một người khác. Hay là những lúc chúng ta đánh trẻ, đó cũng là điều rất tồi tệ vì dạy bảo và giáo dục không có nghĩa là dùng vũ lực với trẻ. Làm như thế ta chỉ khiến trẻ cảm thấy tự ti về bản thân, từ đó

nảy sinh tâm lý thua kém, dẫn đến cảm giác cự tuyệt và đối đầu lại với những người xung quanh.

Theo Erikson, chỉ cần có được niềm tin cơ bản thông qua việc được nuôi dưỡng theo đúng cách mình mong muốn thì sau đó, tính tự giác của trẻ cũng sẽ được sinh ra khi chúng ta kiên nhẫn dạy bảo chúng. Nhưng điều quan trọng là để có thể dạy trẻ tính tự giác thì trước hết bạn phải giúp trẻ hình thành được khả năng tin tưởng vào người khác, hay còn gọi là niềm tin cơ bản.



ĐỘ TUỔI TIỂU HỌC

Tính tự chủ được hình thành qua việc chơi đùa

Như tôi đã nói, giai đoạn nhũ nhi bắt đầu từ khi trẻ sinh ra đến khi được 2 tuổi, nếu được nuôi theo đúng cách chúng mong muốn, trẻ sẽ có khả năng tin tưởng tuyệt đối vào bố mẹ. Và khi trẻ đã có khả năng tin tưởng vào người khác, dần dần trẻ cũng có được lòng tin vào bản thân mình. Trong giai đoạn từ 2 đến 4 tuổi, điều quan trọng là trẻ học được khả năng kiểm soát tình cảm và hành động của mình, cũng như tuân theo được những chuẩn mực của xã hội.

Theo như mô hình vòng đời của Erikson, trẻ từ 4 đến 6 tuổi cần được nuôi dưỡng “tính tự chủ”. Vậy làm sao để có thể nuôi dưỡng tính tự chủ trong trẻ?

Trẻ con trong thời kì này vô cùng hiếu kì. Chúng sẽ vận động không ngừng và sẽ chạm đến hầu như là tất cả các đồ vật để tìm hiểu về đặc tính của mọi vật. Trong con mắt của bố mẹ và những người xung quanh, có thể đó chỉ đơn giản là sự nô đùa hay nghịch ngợm của con trẻ. Thế nhưng, đó là một hoạt động vô cùng quan trọng để trẻ có thể thỏa mãn tính hiếu kì và làm tăng thêm khả năng tự chủ.

Nói một cách vắn tắt, khả năng tự chủ được hình thành trong khi trẻ chơi đùa. Đây chính là hoạt động mà trẻ được tự chủ nhiều



nhất. Trong giai đoạn này trẻ chưa thể tự mình làm được gì nhưng cứ cố sức để làm mọi thứ một mình, vì thế mà có thể sẽ bị thương. Tôi hiểu là các bậc cha mẹ thường lo con mình sẽ bị thương nhưng nếu vì lí do đó mà không cho con chơi đùa thỏa thích thì cũng khó có thể giúp con hình thành được tính tự chủ.

Nói về việc chơi đùa của con trẻ, có lẽ các bạn cũng đã biết đến một nhà tâm lí học rất nổi tiếng chuyên nghiên cứu về sự phát triển của trẻ em, ông Piaget. Ông cho rằng: “Trẻ em trong độ tuổi từ 4-6 lúc nào cũng muốn tự mình làm mọi thứ. Trẻ có thể bày ra nhiều trò nghịch ngợm nhưng bạn cứ thử nhìn những trò đó mà xem. Trong cùng một điều kiện, trẻ làm đi làm lại rất nhiều lần một thử nghiệm nào đó. Nó không khác gì với việc khám phá một lĩnh vực chưa từng được biết đến của một nhà khoa học cả.”

Các bạn sẽ thấy rõ điều này nếu đi tản bộ với bọn trẻ khi trời vừa tạnh mưa. Nếu có một vũng nước đọng, người lớn sẽ tìm cách đi tránh ra nhưng trẻ con lại cố tình dẫm vào đó. Người lớn biết rõ khi dẫm vào vũng nước sẽ như thế nào nhưng trẻ con thì không hình dung được điều này nếu chúng chưa thử.

Trong những ngày mưa lúc nào chúng ta cũng mang ô, cho trẻ mang những đôi ủng cao để đưa chúng đến trường. Có những trẻ cố tình đổ nước vào trong ủng của mình và mang nó về nhà. Những đứa trẻ trong độ tuổi này lúc nào cũng có những trò đùa ngốc nghếch như thế. Nếu người lớn mà làm đúng là ngốc nghếch nhưng đối với bọn trẻ thì hoàn toàn không ngốc nghếch tí nào. Bọn trẻ không biết khi nước vào ủng sẽ như thế nào và chúng muốn thực hiện điều đó cho bằng được để thỏa mãn sự hiếu kì và óc thám hiểm của chúng. Và khi cởi đôi ủng ra, nhận thấy chân mình toàn là nước, chúng sẽ cảm thấy thích thú với điều đó.

Thông qua những trò nghịch ngợm, bọn trẻ sẽ tự mình phát hiện ra điều gì đó, sẽ học được cách tự suy nghĩ. Đây cũng chính là “sự tự chủ” được phát triển trong thời kì thơ ấu. Khi bọn trẻ nghịch ngợm, làm bẩn quần áo, làm phiền hàng xóm và ngay cả khi bị la mắng thì khi trở về nhà, chúng vẫn sẽ tiếp tục chơi những trò đó. Nhưng khi lặp lại trò đùa khoảng ba lần là chúng sẽ cảm thấy không còn thích thú với nó nữa. Bọn trẻ sẽ cứ thế mà dần lớn lên.

Nếu bọn trẻ có nghịch ngợm và làm phiền hàng xóm, người lớn chúng ta cũng không nên la mắng chúng quá nhiều mà cứ để chúng xin lỗi và rời đi thôi. Hoặc nếu có ai nghĩ được rằng “Đứa

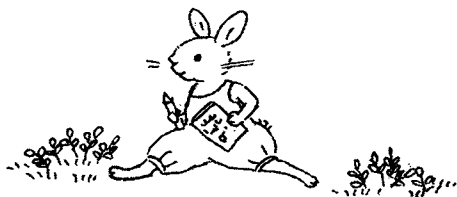
trẻ này toàn có những trò thú vị” thì quả là đáng mừng. Những trò đùa nghịch ngợm của đứa trẻ trong thời điểm này là điều rất cần thiết để phát triển thành người có thể đảm nhiệm những trọng trách trong xã hội.

Những năm gần đây, ngày càng có nhiều những vấn đề xảy ra trong xã hội như tình trạng bắt nạt bạn, bỏ học giữa chừng, tự kỷ, bạo lực gia đình, NEET (tình trạng không muốn làm việc của giới trẻ) đang tăng lên đến mức chúng ta không thể nhìn thấy điểm dừng của những con số đó. Một phần có lẽ vì cách giáo dục khi nhỏ đã kìm hãm tính tự giác và ý thức trách nhiệm của trẻ.

Chơi đùa là sự sẻ chia tình cảm

Trong tỉnh Kanagawa, tôi có mối quan hệ rất thân thiết với một vài nhà trẻ, trường mẫu giáo. Ở đó trẻ có thể thoải mái chơi đùa nên lúc nào cũng rất vui vẻ. Những đứa trẻ mắt sáng rực, giọng cất cao lành lớt, sáng tạo ra cái này, cái kia. Bọn trẻ có thể chơi một mình hoặc tụ tập lại thành từng nhóm nhỏ, có thể chơi trong yên lặng hoặc hoạt náo ồn ào. Bọn trẻ khiến tôi cảm thấy việc chúng chơi đùa là hoàn toàn tự nhiên.

Hơn nữa, tôi đã từng đọc được một bài báo viết rằng: “Những đứa trẻ nếu không được vui đùa theo đúng cách của một đứa trẻ



thì khi lớn lên cũng không thể trở thành những người trưởng thành đúng nghĩa được”.

GIAI ĐOẠN TRUNG HỌC CƠ SỞ

Sự chăm chỉ có được từ việc học tập, dạy dỗ lẫn nhau

Theo Erikson, “cách sống trong vài năm đầu của thời tiểu học sẽ có những ảnh hưởng mang tính quyết định đến việc trẻ có thể trở thành một người làm việc chăm chỉ trong xã hội được hay không”. Và ông cho rằng vấn đề phát triển trong thời kì học tập này chính là “sự chăm chỉ”.

Thầy giáo hướng dẫn tôi - Carl Klein – nói với tôi rằng trong tương lai khi trở thành người lớn, đứa trẻ có thể sống và làm việc một cách chăm chỉ là do những năm ở bậc tiểu học quyết định. Những đứa trẻ non nớt chúng tôi thời đó nghĩ việc có khả năng làm việc chăm chỉ trong xã hội hay không lại phụ thuộc vào cấp trung học phổ thông hay đại học kia. Việc học từ bậc tiểu học đúng là điều tôi chưa hề nghĩ đến. Tuy nhiên, làm bác sĩ lâm sàng



về tâm thần nhi và thanh thiếu niên trong suốt hơn 40 năm qua, đến giờ tôi đã có thể nắm được điều thầy nói năm ấy.

Vậy ý nghĩa xã hội của sự chăm chỉ là gì? Theo Erikson, đó là khả năng tuân thủ các quy định xã hội, việc gánh vác được trách nhiệm và vai trò xã hội. Nếu định nghĩa hẹp hơn thì đó là khả năng tự mình thực hiện một cách tích cực và đều đặn những gì mà gia đình, xã hội, và những người xung quanh đã kì vọng.

Erikson đã nhấn mạnh rằng để trẻ em có thể trở thành một người lớn biết sống một cách cần mẫn thì trong thời gian ở trường tiểu học, trẻ phải biết cách sẻ chia những phương tiện và tri thức của xã hội, cũng như là những trải nghiệm hàng ngày với những người bạn đồng trang lứa. Nói ngắn gọn, điều cơ bản của sự cần cù, chăm chỉ bắt nguồn từ những trải nghiệm mà trẻ học được từ bạn bè, hay trải nghiệm mà trẻ khuyến bảo bạn bè điều gì đó.

Những năm tiểu học, nếu trẻ không học hay không dạy cho bạn bè được điều gì đó thì sau này, khi thành người lớn, trẻ khó có thể hòa nhập được vào một môi trường làm việc có cả cấp trên và bạn đồng nghiệp. Không thể có được những mối quan hệ tốt giữa người với người là do trẻ đã không biết cách học được từ

những người khác cũng như không biết cách sẻ chia kiến thức với những người đồng nghiệp. Vì thế, để trở thành một người có thể sống và làm việc một cách chăm chỉ thì việc học tập từ bạn bè, từ những trải nghiệm sẻ chia với bạn bè thời tiểu học có một ảnh hưởng rất lớn.

Trẻ em luôn có thể chơi hết mình, có thể học hỏi hết mình, một cách thích thú với bạn bè. Nếu biết điều gì đó, trẻ sẽ truyền đạt điều đó lại với những bạn chưa biết một cách tự nhiên. Việc học và dạy ai đó, tự nhiên sẽ thành những niềm vui lớn. Cảm giác nổi trội hay cảm giác thua kém sẽ không xuất hiện mà thay vào đó sự đồng cảm được chia sẻ một cách tự nhiên. Trẻ sẽ thấy vui khi gặp được một bạn biết những gì mình không biết. Và bản thân trẻ cũng sẽ cảm thấy vui khi có thể đem điều gì đó mình biết để chia sẻ với bạn bè.

Ngay cả bản thân tôi, nhớ ngày tôi còn nhỏ, giữa một bãi đất trống đầy cỏ dại, tưởng tượng như mình đã trở thành một cầu thủ bóng chày chuyên nghiệp, tôi đã chơi hết mình. Như một nhà thám hiểm rừng sâu, tôi đã đi xuyên vào những dãy núi, hoặc chơi những con ngựa tre hay chuồn chuồn tre, đặt những cái bẫy nhỏ để bắt những con chim hay những con thỏ rừng. Trò chơi nào cũng vui vì có bạn bè bên cạnh.

“Từ chiều tối, đặt con mồi vào lưới câu và để nó ở nơi như thế này một đêm, đến sáng hôm sau, khi giật lưới câu lên xem. Đồi khi sẽ có con lươn mắc vào đấy”. Tôi đã học được cách câu lươn vào buổi tối như thế. “Khi mùa thu đến, những nơi như thế này trên núi sẽ có rất nhiều nấm mọc lên đấy”, điều này tôi chưa biết nhưng tôi đã học được nó từ bạn mình. Và tôi cũng đã giúp bạn ấy hoàn thành những bài tập về nhà. Đó thực sự là cho và nhận. Làm được những điều này một cách tự nhiên là tính cách không thể thiếu được để đứa trẻ khi lớn lên sẽ có thể trở thành người làm việc chăm chỉ trong xã hội.

Thêm nữa, trẻ con ở lứa tuổi nào cũng vậy, khi chơi trong một nhóm, luôn tạo ra những quy định và những giao hẹn. Những trò chơi không có quy định gì chắc chắn không thể đem lại sự hấp dẫn cho trẻ con được. Những đứa trẻ khi tham gia vào trò chơi trước hết phải tuân theo những quy định của trò chơi cũng như sẽ nhận được sự đồng ý của bạn bè để có thể đảm đương một vai trò gì đó.

Những đứa trẻ không phải chỉ chơi cho có mà bất cứ trò nào chúng tham gia, chúng cũng cố hết sức mình để trở nên giỏi hơn, để được đảm đương những nhiệm vụ quan trọng trong nhóm. Lúc nào chúng cũng cố gắng để không làm những đứa bạn cùng nhóm thất vọng, và chính bản thân chúng cũng cảm nhận được

điều đó từ bạn mình. Vì thế, dù là những nhiệm vụ nhỏ đi chăng nữa chúng cũng muốn được các bạn cùng nhóm giao cho. Từ đó, chúng sẽ tìm ra những vấn đề mình chưa làm tốt để mà nỗ lực cố gắng làm tốt hơn.

Ở tiểu học việc học từ bạn bè và dạy cho bạn bè là một điều rất quan trọng. Vì thế, nếu có thể có thật nhiều bạn bè là điều cần thiết. Ở Nhật có bài hát là “Vào lớp 1, có thể có được một trăm người bạn không?” và tôi muốn các bạn hiểu thêm về những ý nghĩa sâu sắc trong bài hát đó.

Hơn nữa, bản chất của việc có tình cảm, biết suy nghĩ cho người khác phụ thuộc phần lớn vào việc được dạy dỗ như thế nào trong lúc chơi đùa của trẻ. Tình cảm này là điều không thể thiếu được để có thể có được những cách ứng xử thỏa đáng trong suốt cả một đời người, dù là ở nhà hay là ở nơi làm việc. Nếu chúng ta không làm gì để có thể cho trẻ một xã hội nơi trẻ có thể chơi đùa thoải mái như thế này càng sớm càng tốt, sẽ đến lúc chúng ta sẽ phải đối mặt với một xã hội loài người khô cứng, không thể cứu vãn được.

TUỔI DẬY THÌ

Bản ngã là việc mình hiểu rõ chính mình

Tiếp theo giai đoạn tiểu học, tôi xin nói về những vấn đề phát triển của tuổi dậy thì (từ 13 đến 16 tuổi). Một điều được biết đến nhiều trong chu kì sống của Erikson, vấn đề phát triển trong nửa đầu của thời kì thanh niên, là việc định hình “bản ngã” (Identity), luôn tự hỏi về cá tính và tính cách thật của bản thân mình. Nói một cách ngắn gọn “hiểu về bản thân mình” không phải là một việc dễ dàng, nhất là khi nghĩ đến số người trẻ đang cố tìm hiểu bản thân mình ở Nhật. Hiện tượng tự kỷ hay không muốn tìm việc làm có thể xem như là một hiện tượng mở rộng của việc tìm kiếm cá tính riêng.

Bản ngã chính là việc nhận thức được bản thân mình là người như thế nào, có điểm gì khác với những người khác, có thể đồng cảm hay không đồng cảm với người khác ở điểm nào, mình có năng lực gì, có những điểm yếu, điểm mạnh nào. Xác định bản ngã cần nhận định rõ ràng, minh bạch và cảm nhận thực tế, giác ngộ được những điều nói trên.

Dựa trên những điều đó, chúng ta sẽ bắt đầu suy nghĩ xem mình nên có vai trò gì trong xã hội, và nên chọn nghề nghiệp gì. Nhiều khi nguyện vọng lại không trùng với nghề hợp với mình.

Thực ra mình muốn làm điều này nhưng chắc không được vì nhiều người có thể làm tốt hơn mình. Vậy nên mình nên chọn con đường này để đi. Những trở ngại đó chính là bản ngã.

Vấn đề tuổi dậy thì ở đây là chúng ta cần cảm nhận rõ mình là người như thế nào. Nếu không có điều này, chúng ta không thể tồn tại được trong xã hội. Nếu chúng ta không biết mình là ai, rất có thể bạn sẽ trở thành người không muốn có một nghề nghiệp hay bị tự kỷ.

Thời thơ ấu bạn suy nghĩ rất chủ quan về bản thân nên lúc nào bạn cũng nghĩ mình có thể làm bất cứ điều gì mình muốn khi lớn lên. Chẳng hạn như khi hỏi các bé ở trường mẫu giáo lớn lên muốn làm gì, ta sẽ thấy các em luôn nghĩ mình sẽ có thể trở thành bất cứ ai. Thành người lái tàu, phi công, cầu thủ đá bóng, cô giáo dạy piano, nghệ nhân cắm hoa, nghệ nhân làm bánh, giám đốc công ty lớn, tuyển thủ Olympic... Các em có thể nói một cách thoải mái tự nhiên và nghĩ rằng muốn là có thể làm được. Thật là một khoảng thời gian hạnh phúc. Các bé không so sánh mình với người khác. Bởi các bé đang ở trong một thế giới chủ quan của mình.

Thế nhưng từ sau lứa tuổi dậy thì, ở một góc độ nào đó, chúng ta phải nhìn bản thân mình dưới cái nhìn của người khác. Đó

cũng là lí do vì sao những người trẻ thường hay nhìn mình trong gương. Theo Erikson, “để xác lập nên dấu ấn riêng của mình không thể chỉ nhìn mình một cách chủ quan mà phải nhìn một cách khách quan. Điều này trở thành một vấn đề rất quan trọng trong sự phát triển ở tuổi dậy thì hay thời kì thanh niên.”

Vậy, làm thế nào để định hình dấu ấn của bản thân trong tuổi dậy thì? Theo như Erikson, đó là việc “có được những người bạn có thể chia sẻ những giá trị về cuộc sống với mình”. Đúng là như vậy. Thế nhưng, để thật sự có được những người bạn có chung quan điểm sống với mình thì trước đó bạn cũng phải gặp gỡ rất nhiều người để từ đó chọn lựa ra những ai phù hợp.

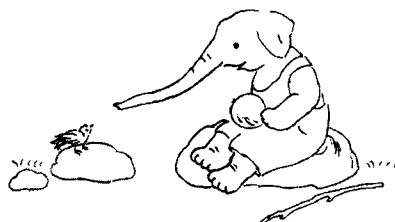
Những trẻ ở bậc tiểu học thường sẽ không chọn bạn mà chơi, và ở lứa tuổi này, đó là một điều đúng đắn. Với những bạn là hàng xóm, tốt nhất trẻ nên hòa đồng chơi với tất cả mọi người. Có thể học được từ tất cả mọi người, càng nhiều người càng tốt. Chỉ ở bậc tiểu học, trẻ mới có thể làm bạn với tất cả mọi người. Còn khi vào trung học phổ thông, dần bước vào tuổi dậy thì, trẻ thường chỉ làm bạn được với những người hợp với mình.

Khi tiếp xúc và chơi với nhiều người, trẻ sẽ có thể chọn ra những người bạn hợp với mình. Và trẻ cũng được những người bạn chọn lựa. Từ đó, trẻ có thể tìm ra những người bạn tâm đầu

ý hợp. Trong giai đoạn trung học cơ sở và trung học phổ thông, chuyện này chắc chắn sẽ xảy ra. Trẻ sẽ không còn có thể làm bạn với bất kì ai như trước nữa.

Bản thân mình sẽ được người bạn như thế nào lựa chọn, mình sẽ chọn người bạn như thế nào... cũng sẽ ảnh hưởng đến việc mình sẽ trở thành người như thế nào. Mỗi quan hệ với những người khác cũng ảnh hưởng rất nhiều đến việc bản thân mình muốn làm điều gì, muốn trở thành người như thế nào. Những người quan trọng trong thời kì này có thể là thầy cô giáo, những người trẻ tôn trọng, nhưng quan trọng hơn thế nữa là những người bạn trẻ nói chuyện hợp, có thể cảm thông, đồng cảm cho nhau. Dù số bạn đó có ít đi chăng nữa cũng vô cùng quan trọng. Đó là những người bạn mà trẻ có thể chia sẻ quan điểm của mình về cuộc sống. Quan hệ mật thiết với những người bạn như thế sẽ giúp trẻ có thể định hình được dấu ấn riêng của mình, hơn nữa những người bạn đó có thể hỗ trợ, giúp đỡ cho trẻ. Sự kết nối của những nhận định, cảm xúc của bạn bè sẽ trở thành những điều cơ bản trong việc hình thành nhân cách một người.

Tôi xin kể về một công trình nghiên cứu khác của nhà tâm lí học Wallon người tôi đã giới thiệu ở phần trước. Đề tài nghiên cứu của Wallon là “Làm thế nào mà con người có thể hình thành



nên “bản ngã” của mình”. Nếu mượn lời của Erikson thì đó là việc làm sao để có thể xác lập nên “dấu ấn” (identity) của mình?

Mỗi người trong các bạn đều có một “cái tôi”, nhưng trong cuộc sống hàng ngày, hiếm khi nào bạn nghĩ một cách logic về việc “cái tôi của mình là gì?” Thời kỳ mà Wallon công bố kết quả nghiên cứu của mình về việc con người thông qua những bước phát triển nào để dẫn đến việc hình thành nên một “cái tôi” như hiện tại, hầu như ai cũng có “cái tôi” của riêng mình.

Vì thế, khi không có ai cảm thấy hoang mang về “cái tôi” các nhà nghiên cứu Nhật đã không chú ý lắm đến công trình nghiên cứu của Wallon. Xã hội Nhật lúc đó, không có nhiều thanh niên bế tắc vì không thể tìm thấy được vai trò xã hội của “cái tôi” để đến nỗi không chọn cho mình một công việc ổn định và họ không vất vả trong việc đi tìm kiếm bản ngã của chính mình. Có thể đâu đó có những trường hợp ngoại lệ nhưng phần lớn không có nhiều những người như thế.

Thế nhưng, hiện nay, ngày càng có nhiều thanh niên gặp khó khăn trong việc tìm kiếm chính bản thân mình. Không có nước

nào có nhiều trường hợp điển hình của việc tìm kiếm bản thân như là bỏ học giữa chừng, sống khép mình như là Nhật.

Ngày xưa, những đứa trẻ bỏ học chỉ đơn thuần là do lười học, hầu như không có những đứa trẻ khổ sở vì muốn đi học mà không thể đến trường được hay hầu như không có đứa trẻ nào phải dằn vặt vì chuyện bỏ học giữa chừng. Những đứa trẻ nhác học không muốn đi học nữa nên việc bỏ học giữa chừng đối với chúng cũng có thể coi như là một niềm vui. Vì thế, không có đứa trẻ nào cảm thấy khó chịu vì điều đó cả. Những đứa trẻ phải vừa dằn vặt, khổ sở vừa sống khép mình trong nhà, không đến trường chắc có lẽ chỉ có ở Nhật mà thôi. Khi quan sát những đứa trẻ đó, những nhà tâm lý học về phát triển đã tập trung chú ý vào việc mà Wallon nói, chẳng phải những đứa trẻ đó đã không thể bước đi một cách đúng đắn trên con đường tìm thấy “cái tôi” của mình sao?

Đã là con người, khi lớn lên không phải ai cũng có được “cái tôi” như mình muốn cả. Sẽ không thể có được một “cái tôi” của riêng mình nếu không hiểu rõ những hình tượng của những người khác. Những người biết rõ bản thân mình là những người cũng hiểu nhiều về những người khác. Có những người khác mới có bản thân mình. Vì thế nếu không có được một sự giao thiệp sâu sắc với người khác, khó có thể có được một “cái tôi” của riêng mình.

Để có thể có một sự giao thiệp sâu với người khác, có thể tiếp nhận được những khuôn mẫu của người khác vào trong lòng mình, trẻ cần phải gặp gỡ rất nhiều người. Để có thể tạo được hình tượng của người khác trong lòng mình, cách tốt nhất là tiếp nhận nó từ những người mà mình yêu quý. Những đứa trẻ có thể tin tưởng vào người khác sẽ dần dần có thể yên tâm mà tiếp nhận dần những hình ảnh của người khác và dần có thể tin tưởng vào những người có thể quan tâm thật sự đến mình, từ đó cũng sẽ tin tưởng vào bản thân mình. Và như thế khái niệm của bản thân, “cái tôi” của mình cũng sẽ được hình thành và sự tự tin cũng vì thế mà có được.

Khi đã có được lòng tin vào bản thân, tự khắc bạn cũng sẽ có lòng tin với những người khác, sẽ có cảm tình với những người xung quanh, từ đó yên tâm hòa nhập với mọi người. Cứ như vậy, thế giới của bản thân sẽ trở nên rộng lớn hơn, “cái tôi” của bạn sẽ dần được định hình một cách rõ ràng. Những giai đoạn như thế này đều được Wallon trình bày rất kỹ.

Vì thế có thể là tôi đang lặp lại những gì mình đã nói, nhưng việc làm cho trẻ hiểu “làm cho trẻ vui cũng chính là niềm vui của bố mẹ” là một tiền đề tiên quyết để nuôi dưỡng và hình thành “bản ngã” (identity) của trẻ - một vấn đề phát triển tâm sinh lý

quan trọng trong giai đoạn dậy thì. Từ những trải nghiệm cảm thông và thấu hiểu được điều đó, trẻ sẽ có thể phát triển được tình cảm khi giao tiếp với những người khác. Sau đó, từ giai đoạn tiểu học, trẻ sẽ hòa nhập với những người khác và có thể hình thành được “cái tôi” trong giai đoạn dậy thì.



THỜI KÌ ĐẦU CỦA GIAI ĐOẠN TRƯỞNG THÀNH

***Tình thân được hình thành sau khi “bản ngã”
đã được định hình***

Tôi đã nói về những vấn đề mà trong mỗi giai đoạn phát triển của con người cần phải vượt qua như lòng tin cơ bản trong thời kì sơ sinh, tính tự giác trong giai đoạn đầu của trẻ, tính tự chủ trong giai đoạn tiểu học, sự cần cù trong thời kỳ học sinh, hay dấu ấn riêng biệt trong nửa đầu của tuổi thanh niên, hay thời dậy thì. Giờ cũng đến lúc chúng ta nói đến một đề tài lớn không kém: những người lớn chúng ta phải sống như thế nào trong thời đại ngày nay.

Từ bao nhiêu tuổi chúng ta trở thành người trưởng thành? Điều đó hoàn toàn phụ thuộc vào cách nghĩ của mỗi người. Bạn hãy cứ nghĩ theo ý bạn thích. Tôi cảm thấy hoàn toàn bình thường nếu bạn nghĩ chỉ có một ngày cuối cùng là ngày của giai đoạn lão hóa. Nhưng từng vấn đề về phát triển và trưởng thành trong mỗi giai đoạn bạn đều phải coi trọng.

Bây giờ chúng ta sẽ đi vào giai đoạn đầu của thời kì trưởng thành. Theo Erikson, trong giai đoạn này điều quan trọng nhất là “tình thân”. Tình thân theo nghĩa đen là sự hòa nhập, thân thiết giữa người với người. Nhưng đó không phải là việc nhậ nhệ

say sưa, làm ồn ã cả quán xá mới là biểu hiện của tình thân đó. Cũng như vậy, việc luôn từ chối khi được người khác mời, hay việc không thể nói lời từ chối mỗi khi được mời và phải đi cùng ai đó cũng không thể gọi là tình thân được.

Tiền đề của tình thân là việc định hình được cái tôi của bản thân mình. Từ việc định hình được cái tôi của bản thân mình dẫn đến khả năng kết nối, có những mối quan hệ mật thiết với người khác. Đây chính là tình thân. Cùng lúc đó, nếu những người mà mình giao tiếp thân mật cũng đã có những định hình riêng về tính cách thì đôi bên sẽ có một mối quan hệ bình đẳng. Những người được gắn kết trong mối quan hệ đó chính là người có mối quan hệ thân mật thật sự. Dù có thân thiết đến đâu đi nữa nhưng làm gì cũng phải câu nệ, khách khí thì đó cũng chưa phải là một mối quan hệ thân mật. Những người làm trong công ty hầu như rất khó, hay gần như không thể trở nên thân mật với giám đốc được. Bởi vì họ luôn lo lắng sẽ bị đối phương lấn át. Xét về lập trường các bên, mối quan hệ này không phải là một mối quan hệ bình đẳng.

Và một hình thức đặc biệt thể hiện điều đó là kết hôn. Với người này, mình có thể thân thiết đến mức trao cả cuộc đời. Tuy nhiên, trong trường hợp trao cả cuộc đời và những quan niệm sống của mình cho ai đó, thì việc hình thành dấu ấn của bản thân



là điều rất quan trọng. Bởi trao bản thân của mình cho ai đó có nghĩa là trước hết phải có bản thân của mình đã. Nếu không có bản thân, mình không thể trao gửi bản thân cho người khác được.

Thế nhưng gần đây, có nhiều người chưa định hình được bản thân mình trong độ tuổi dậy thì, kết hôn vào lúc đang mãi miết trên con đường tìm kiếm chính bản thân mình. Đây không thể nói là một cuộc kết hôn theo đúng nghĩa của nó. Vì thế việc nhiều người nhanh chóng li hôn rồi lại kết hôn với người khác đang dần tăng lên ngày một nhiều hơn.

Ở thời kì trưởng thành, khi mối quan hệ thân mật với người khác đã được thiết lập xung quanh cái tôi của mình, việc gặp được một người ta có thể trao cả cuộc đời mình khiến bạn có thể sống một cách tích cực. Và đó chính là nguồn gốc để ta có thể đem lại nhiều giá trị hơn cho xã hội. Đó là điều mà Erikson đã gọi là ngọn nguồn của tính sản sinh và tính sáng tạo. Làm ra những sản phẩm ưu việt, các nông sản tốt, những tác phẩm nghệ thuật như những bức tranh hay những bản nhạc, nuôi dạy những đứa trẻ thật tốt. Những điều đem lại giá trị tốt đẹp hơn cho cuộc sống của chúng

ta đều bắt nguồn từ những mối quan hệ thân thiết giữa con người với con người.

THỜI KÌ TRƯỞNG THÀNH

Cách sống truyền đạt và bồi dưỡng thế hệ sau

Ở thời kì trưởng thành, để có thể sống hạnh phúc và khỏe mạnh có những vấn đề quan trọng không thể không giải quyết, mà theo Erikson đó là “tính thời đại”.

Cách sống có tính thời đại nghĩa là cách sống như thế nào? Đầu tiên là việc tiếp nhận tất cả những gì thuộc về văn hóa, phong tục, kĩ thuật và suy nghĩ mà những người đi trước đã để lại. Sau đó, chúng ta tích lũy thêm những giá trị của thời đại mình và truyền lại cho những lớp con cháu, những thế hệ sau của chúng ta. Khi chúng ta có thể sống theo cách như vậy cũng có nghĩa là chúng ta đang sống một cuộc sống đầy tính thời đại. Theo Erikson, đó là một “cách sống hạnh phúc” của thời kì trưởng thành.

Chẳng hạn với một người làm nông nghiệp, trong những ngày đầu mới tập tành làm việc, họ sẽ phải học theo những người đi trước từ cách chọn hạt giống, rồi nuôi trồng, đến cách thu hoạch sau đó. Họ sẽ tỉ mỉ làm theo từng chút một những điều được dạy

bảo từ những người đi trước. Và sau một vài năm lặp đi lặp lại cách thu hoạch đã được dạy từ trước, họ biết thêm được những giống cải tiến mới, những kĩ thuật tiến bộ từ những người cùng lứa với mình và học được nhiều điều mới khác. Cứ như vậy, những kiến thức và kĩ thuật chúng ta có được sẽ được truyền cho những người kế tục. Đây là mô hình tiêu biểu nhất của cách sống mang tính thời đại.

Chính bản thân tôi, vì tính chất công việc, đã đi rất nhiều viện nghiên cứu để học hỏi về sự phát triển của những đứa trẻ bình thường và chứng bệnh tự thu mình của trẻ. Ngoài ra tôi cũng đã học được rất nhiều từ những nhà nghiên cứu và những nhà y học lâm sàng cùng thế hệ. Tôi không dám nói là mình đã học đủ nhưng trong khả năng của mình, tôi đã tự học hỏi, tự tích lũy những kết quả từ kinh nghiệm về lâm sàng học và những cuộc nghiên cứu, và rồi tự chỉnh sửa một phần để đưa ra những chẩn đoán và những nghiên cứu, khảo sát phù hợp với bản thân mình.

Từ đó, tôi đem những gì đúc kết được đến những cuộc hội thảo, những buổi tập huấn, buổi diễn thuyết để truyền đạt lại trong suốt hơn 40 năm qua. Tôi nghĩ những gì tôi đã học được, cũng như những gì tôi đã chứng thực được sẽ giúp ích cho nhiều người.



Trong thời gian này tôi nhận được rất nhiều lời mời làm giảng viên tại các trường đại học nhưng tôi liên tục từ chối. Đối với tôi, việc gặp gỡ và học hỏi trực tiếp từ những người đang làm những công việc giảng dạy và nuôi nấng những trẻ sơ sinh và những học sinh tiểu học, trung học làm tôi cảm nhận được là mình đang sống đúng với thời đại của mình. Điều đó không có nghĩa là tôi cho rằng công việc giảng dạy ở trường đại học là vô bổ. Thế nhưng, để làm giảng viên chuyên môn ngoài tôi ra có rất nhiều người thích hợp khác.

Và khi 60 tuổi, tôi nhận ra rằng bản thân mình cũng đã học được rất nhiều từ những thầy cô giáo khác. Trong giai đoạn tuổi già, tôi nghĩ sứ mệnh của mình là truyền đạt lại những kinh nghiệm mình đã tích lũy được cho những người trẻ, những thế hệ sau. Tôi nhận ra tôi thích được giảng dạy cho những học sinh trẻ tuổi. Qua những tháng ngày sống hết mình cho đến khi bước vào buổi xế chiều của cuộc đời, có lẽ ai cũng sẽ có cảm nhận như thế. Cảm giác muốn được dạy, muốn được truyền đạt sẽ âm ỉ cháy trong mỗi người.

Nơi để dạy dỗ, truyền đạt không nhất thiết phải là trường đại học mà có thể là ở nhà, ở chỗ làm hay trong cộng đồng. Hơn nữa, đối tượng dạy không nhất thiết phải là thế hệ trẻ tiếp nối sau mình mà bạn bè hay thậm chí là đồng nghiệp đều được. Đã là con người, ai cũng cần ai đó lắng nghe, tiếp nhận và trân trọng những gì mình đã trải qua, đã đúc kết được.

Những điều mình đúc kết được không nhất thiết phải là những gì liên quan đến học thuật hay nghệ thuật mà đó có thể là những kinh nghiệm sống. Hiện nay, ở đất nước chúng ta, rất nhiều người bước vào giai đoạn già cả cuối đời nhưng vẫn không thể sống vui vẻ và hạnh phúc được. Thế nhưng, đối với tôi, điều hạnh phúc là tôi có nhiều cơ hội truyền lại những kinh nghiệm có được trong việc giáo dục và nuôi dưỡng trẻ cho những cô giáo, những bà mẹ trẻ.

Erikson cũng chỉ ra rằng: “Một người trưởng thành luôn cần những điều mà mình được cho là cần thiết”. Vì thế, với một người trưởng thành, lẽ tự nhiên họ sẽ có ý muốn được dạy, được truyền đạt đến những người khác. Đây là bản chất thật sự của tính thời đại. Con người khi dạy những người khác không chỉ là vì người đó cần được tiếp nhận sự dạy dỗ đó mà hơn hết là vì việc giảng dạy sẽ giúp con người khẳng định được sự tồn tại của mình.

Vì thế, khi người lớn tác động đến trẻ em thì trẻ em cũng sẽ tác động đến người lớn. Ngược lại trẻ tác động đến chúng ta thì chúng ta cũng tác động lại đứa trẻ. Qua đó, nó thúc đẩy thêm sự phát triển của trẻ, tự bản thân trẻ cũng sẽ vì thế mà phát triển hơn. Mỗi quan hệ đó là mối quan hệ giữa những người cộng sự cùng dựa vào nhau, giúp cho điểm mạnh trong mỗi người được nhân lên gấp bội. Khi tìm ra và muốn phát huy hơn nữa điểm mạnh ở đối phương cũng là lúc chúng ta có thể tìm và phát huy hơn nữa điểm mạnh và khả năng của chính bản thân mình. Những người liên quan đến việc nuôi dưỡng hay giáo dục trẻ em có được niềm vui trong công việc của mình cũng chính là nhờ mối quan hệ đó.

Erikson, người đã nghiên cứu rất kỹ về tính thời đại, qua một bài phân tích xuất sắc về tinh thần con người, đã luôn muốn chúng ta nhớ điều đó trong công việc giảng dạy hay truyền thụ cho người khác. Những thầy cô giáo trẻ hay những người điều dưỡng trẻ khi dạy hay truyền thụ cho những đứa bé cũng có cùng một nguyên lý như vậy. Điều quan trọng là những niềm vui, tri ân đến những gì mình nhận được, học được từ những đứa trẻ.

Thời kì lão niên

Có thể nói là qua ngưỡng 65 tuổi, người ta bắt đầu bước vào giai đoạn cuối của cuộc đời mình. Tôi cũng đã bước vào tuổi 65, vì

thể tôi cũng đã được gia nhập vào hội của những người cao tuổi. Có cảm giác như tôi được Erikson nói rằng có lẽ giờ đây tôi nên sửa soạn để tổng kết lại cuộc đời mình. “Tổng kết”, một cách sống trong thời kì lão niên, là sự tóm tắt lại cuộc đời mình, bắt đầu từ niềm tin cơ bản trong thời kì nhũ nhi đến giai đoạn cuối của cuộc đời. Quan trọng là mình có được cảm giác rằng cuộc đời mình vậy là đã trọn vẹn, không còn điều gì để nuối tiếc.

Đến đây, tôi xin được tóm tắt lại những gì tôi đã đề cập đến.

Con người sống trên Trái đất là một điểm chấm vô cùng nhỏ bé giữa vũ trụ bao la. Điểm chấm ấy được trao cho một sinh mệnh, được nuôi nấng, có niềm tin vào con người, vào bản thân mình, có thể kiểm soát những hành động của bản thân, có tính tự chủ để có thể làm những điều mình thích, có thể học được nhiều điều từ những người bạn của mình, hay truyền đạt nhiều điều đến cho bạn mình. Rồi họ được gặp những người bạn thân thiết có chung quan điểm sống để có thể được là chính mình. Và rồi, họ đặt mình trong công việc, trong những giá trị sống, gặp được người mà họ có thể trao cả cuộc đời mình để tiến tới kết hôn, kế thừa những giá trị từ người đi trước, thêm vào những giá trị của thời đại mình và từ đó truyền lại nó cho những người ở thế hệ tiếp theo.

Theo trình tự này, cuộc đời của một con người được đặt ra, và nếu có thể nghĩ rằng cuộc đời của mình đã rất hạnh phúc, mình



đã rất tận hưởng nó theo như Erikson, “đó là một cuộc đời khỏe khoắn và hạnh phúc”.

Hơn thế nữa, theo Erikson, “sự tồn tại của mỗi cá thể chúng ta đều nằm trong những trật tự xoay vần của vũ trụ.” Chúng ta được sinh ra và phần lớn không thể sống quá 100 năm. Khi chúng ta mất đi, mỗi phân tử cấu thành nên con người ta đều trở lại với hình thái ban đầu, và rồi lại được rải rác khắp không gian vũ trụ. Cơ thể và hình hài của một con người đều không còn nữa. Thế nhưng những chất như Cac-bon, Can-xi hay Ma-giê vẫn tồn tại nguyên vẹn dù có quay lại trạng thái ban đầu. Và những chất đó lại cùng trôi theo với những cơn mưa hay là chất chứa trong lòng đất mẹ. Những gì quay trở lại với trạng thái nguyên sơ như thế đều được lưu giữ một cách nguyên vẹn.

Và những chất đó lại được cây cối hấp thụ như là dưỡng chất để nuôi dưỡng cơ thể mình. Những loài động vật khác lại ăn những cây cối đó. Và rồi lại có những sinh mệnh mới được sinh ra. Và cứ thế mà vạn vật chuyển hóa xoay vần. Trong trật tự của vũ trụ này, chúng ta tồn tại một cách nghiêm nhiên. Sống rồi chết, đờn đau,

yêu thương, thất tình, thành tích học tập tốt, xấu, đánh piano giỏi, dở, có rất nhiều điều chúng ta đã nói đến. Nhưng trong cái trật tự đó, tất cả chúng ta gắn kết, đan xen với nhau. Và với Erikson, cuối cùng, liệu chúng ta có thể có được một suy nghĩ sâu sắc với những điều này được hay không?

Đến những điều như thế này, càng lúc ta càng gần hơn với triết học. Với những người trẻ tuổi có thể khó mà hình dung ra ngay được. Nhưng với những người 60, 70 tuổi điều này có thể dễ dàng chiêm nghiệm. Cũng đã đến những ngày tháng cuối cùng của cuộc đời. Thời gian còn lại ngày một ít đi. Trong quãng thời gian còn lại đó, chúng ta có thể làm được gì, có thể để lại được gì cho những lớp người tiếp nối đây? Việc chúng ta ra đi như thế nào cũng đồng nghĩa với việc chúng ta đã sống như thế nào. Nếu có thể nghĩ rằng mình đã có được một cuộc sống tốt đẹp cũng có nghĩa là chúng ta đã sống theo một cách sống đẹp.

Chương 3

Từ khóa trong việc nuôi dạy trẻ



Hãy nghĩ là thật tuyệt vời vì con đã được sinh ra trên đời

Con người chỉ có thể sống khỏe mạnh và hạnh phúc khi may mắn được nuôi nấng trong sự yêu thương, nương tựa lẫn nhau (sự phụ thuộc vào người khác và sự tự chủ để người khác phụ thuộc vào mình). Một đứa trẻ khi mới được sinh ra, không thể tự mình làm được gì trước hết sẽ phụ thuộc hoàn toàn vào người mẹ. Thế nhưng, với Erikson đó không phải là mối quan hệ phụ thuộc một chiều mà sự hiện diện của em bé cũng đủ để làm cho người mẹ cảm thấy hạnh phúc rồi. Bắt đầu từ người mẹ, trẻ em cũng được yêu thương, cưng nựng như thế bởi ông bà, họ hàng, hàng xóm láng giềng. Những người xung quanh chỉ cần nhìn thấy nụ cười của trẻ cũng đã cảm thấy thật dễ thương, vui vẻ.

Từ trước đến nay, chỉ những người có cảm giác hạnh phúc từ những gì người khác làm cho mình mới có thể làm người khác hạnh phúc. Không chỉ gói gọn trong việc ra đời của một đứa trẻ, mối quan hệ của con người cũng vậy. Nhưng những năm gần đây, có một thực trạng là ngày càng nhiều người được nuôi nấng trong môi trường mà ở đó những mối quan hệ giữa người với người đang mất dần đi. Những đứa trẻ được sinh ra khi bố mẹ không có đủ năng lực yêu thương chúng, những đám cưới “bác sĩ bảo cưới” có thể là một trong những biểu hiện đó. Có lẽ chúng ta phải lấy



lại nền văn hóa mà ở đó đứa trẻ được sinh ra trong sự mong chờ, trông ngóng của tất cả mọi người.

Như vậy, những ông bố bà mẹ nào là những người có thể nuôi dạy tốt con cái của mình? Câu trả lời là những ông bố bà mẹ đối xử chân thành, yêu thương bản thân mình cũng là người có thể nuôi dạy con rất tốt. Đã là con người chỉ có những người nhận được sự đối xử tốt từ người khác mới có thể có khả năng giúp đỡ lại những người khác. Vì thế những người có được mối quan hệ tốt với người khác là những người thực sự hạnh phúc. Những người đó có thể cảm nhận mạnh mẽ ý nghĩa của sự tồn tại, giá trị trong cuộc sống của mình, từ đó có niềm tin mãnh liệt hơn vào cuộc sống và bản thân mình.

Về cơ bản, nếu trẻ có lòng tin phong phú, dồi dào vào người đầu tiên mà trẻ gặp thì lớn lên sẽ trở thành người tin tưởng, tự tin vào bản thân mình. Và sau đó đứa trẻ sẽ có thể vượt qua được những thử thách, những vấn đề trong từng thời kì phát triển. Tôi thực sự mong muốn tất cả chúng ta sẽ có thể biến xã hội này thành nơi phát triển tốt cho trẻ em.

Hãy nuôi dưỡng một đứa trẻ yêu thích bản thân mình

Có một phóng viên đã từng hỏi tôi như thế này: “Bác sĩ có thể cho tôi biết là bác sĩ mong muốn một đứa trẻ được nuôi nấng như thế nào được không ạ?” Và câu trả lời được yêu cầu phải thật ngắn gọn, súc tích, gói gọn trong vài con chữ.

Khi được hỏi câu hỏi đó tôi nhớ đến cố thủ tướng Anh, Churchill, các ký giả cũng hỏi ông một câu hỏi hóc búa và yêu cầu ông phải giải thích trong vòng 5 phút. Và ông đã trả lời rằng “Nếu muốn tôi trả lời trong vòng 5 phút ít nhất phải cho tôi 3 ngày để chuẩn bị nếu không tôi sẽ không thể trả lời được. Nếu nói tôi giải thích trong 1 tiếng đồng hồ bây giờ tôi sẽ trả lời”. Quả thật có những câu hỏi để có thể trả lời trong vòng vài chữ thật là khó khăn. Còn bạn bạn sẽ trả lời như thế nào?

Và tôi nhớ là sau khi suy nghĩ một lúc, tôi đã trả lời là: “Tôi muốn nuôi con mình thành một đứa trẻ có thể yêu thích chính bản thân nó”. Có lẽ câu chuyện này tôi đã nói đến ở khá nhiều buổi hội thảo, thảo luận nên tôi có thể trả lời một cách nhanh chóng. Sau đó một thời gian người ta mời tôi đến nói chuyện ở một buổi thảo luận nhóm của những cô nuôi trẻ và tôi được nghe một câu chuyện như thế này từ thầy hiệu trưởng.

Một đứa trẻ 4 tuổi ở trường mẫu giáo đó đã nói rằng: “Thầy ơi, con buồn lắm”. Thấy hiệu trưởng liền hỏi: “Tại sao con lại buồn như thế”. Và đứa trẻ trả lời là: “Con rất yêu mẹ con nhưng mẹ con lại không yêu con.” Thấy rất bất ngờ và vỗ về đứa trẻ: “Không có chuyện đó đâu. Rõ ràng mẹ con phải yêu con chứ. Người mẹ nào cũng vậy cả con à.” Đứa trẻ đáp lại: “Nhưng mẹ bảo là mẹ yêu em A hơn là yêu con”.

Có lẽ là người mẹ muốn nói là em trai của chú bé dễ thương hơn là bé nhưng người mẹ đã không biết được rằng đứa trẻ đã bị tổn thương đến thế nào. Việc người mẹ có thể thản nhiên nói ra những câu nói làm cho con của mình phải thốt lên những câu nói bộc lộ sự chán ghét bản thân như là “Cháu bị mẹ cháu ghét” là điều làm tôi cảm thấy rất buồn.

Đã là trẻ em, nhờ nhận được tình yêu thương từ người khác mà có thể trở nên yêu thích chính bản thân mình. Chính nhờ trẻ luôn nhận được tình yêu thương từ cha mẹ, ông bà, những thầy cô trong trường học, bạn bè, rất nhiều người xung quanh mà trẻ có thể lớn lên, trưởng thành được. Đứa trẻ càng có nhiều người yêu thích càng yêu thích bản thân mình nhiều hơn bấy nhiêu. Từ đó, việc học hành hay chơi thể thao dù có giỏi hay dở đến đâu đi nữa đứa trẻ đó cũng có thể sống một cách tươi vui, tràn đầy niềm tin và hy vọng vào cuộc sống.



Vì thế, tôi nghĩ là việc “thích bản thân mình” chính là từ khóa trong việc nuôi nấng trẻ. Có thể có những điều mà bạn không cảm thấy hài lòng về con mình như giá nó có thể học giỏi toán hơn nữa, giá nó có thể chạy nhanh hơn một chút nữa, giá nó có thể giỏi piano hơn nữa. Thế nhưng, một đứa trẻ “thích chính bản thân mình” phải là một đứa trẻ hiểu được là dù mình có nhiều điều chưa làm được nhưng mình thích mình ở điểm này, có thể ý thức, cảm nhận được đâu là điều mình thích và từ đó có thể sống một cách vui vẻ, khỏe mạnh.

Những tính cách, năng lực, tố chất hay những yếu tố tương tự là những gì mà về cơ bản chúng ta khó có thể thay đổi được. Vì thế, cho trẻ có cảm giác yêu thích chính bản thân mình là điều vô cùng quan trọng. Nếu chúng ta nuôi nấng trẻ thành một đứa trẻ có thể làm tốt nhiều thứ cũng chưa hẳn là trẻ sẽ có thể yêu thích bản thân mình. Dù đứa trẻ có thể làm tốt nhiều thứ đi chăng nữa nhưng nếu không có người yêu đứa trẻ đó bằng cả trái tim của mình thì đứa trẻ cũng khó có thể trở thành người có thể yêu thích chính bản thân mình. Đây chính là điều vô cùng quan trọng.

Và những đứa trẻ có khả năng yêu thích chính mình là những đứa trẻ có bố, mẹ hay thật nhiều người yêu trẻ theo kiểu là “con cứ an tâm là chính mình, chúng ta yêu con vì con là chính con”. Chính vì có những người như thế mà trẻ con có thể có động lực để cố gắng hoàn thiện hơn những chỗ này, chỗ kia, những điều mà mình còn chưa làm được.

Thế nhưng, gần đây, ngày càng có nhiều người suy nghĩ là nếu người khác không có những điều mà mình thích thì mình không thể yêu người ta được. Và những người lớn cũng dần nhìn trẻ em với con mắt như thế, càng ngày nhiều người không yêu trẻ nếu trẻ không trở thành đứa trẻ theo đúng như mong muốn của họ.

Những đứa trẻ yêu thích bản thân mình là những đứa trẻ hạnh phúc, vì thế chúng sẽ rất vui vẻ, hoạt bát và có thể yêu quý bản thân mình hơn nữa. Chúng ta muốn nuôi nấng trẻ thành những người có thể yêu thích chính bản thân mình nhưng chỉ một mình ta sẽ không thể thực hiện được việc đó mà phải có sự giúp sức của rất nhiều người. Ngoài mẹ, trẻ phải nhận được tình yêu của bố, của ông bà và những người thân khác. Nếu là trẻ ở trong nhà trẻ phải có được sự yêu thương từ những cô nuôi trẻ. Và sau đó là sự yêu thích từ bạn bè và thầy cô. Như vậy, cùng với việc nhận

được sự yêu thương từ nhiều người, trẻ sẽ có thể bắt đầu yêu thích chính bản thân mình.

Nuôi dưỡng trẻ em cũng cần có trình tự

Con người luôn lớn lên và trưởng thành theo từng giai đoạn. Mỗi một giai đoạn đều cần có những trải nghiệm, những vấn đề quan trọng cần phải được giải quyết triệt để thì mới có được một cuộc sống khỏe mạnh và hạnh phúc.

Có thể nói rằng, cũng giống như khi học toán, nếu không hiểu hết được bài trong những giai đoạn trước đó người ta sẽ không thể nào hiểu được bài của những giai đoạn sau. Và việc phát triển những tính cách của trẻ cũng như vậy. Không kiểm soát được giai đoạn phát triển trước thì không thể tiến đến giai đoạn sau. Sự phát triển và trưởng thành trong nhân cách xã hội của con người không thể có những trường hợp “vượt cấp” được.

Bước đầu tiên trong sự phát triển nhân cách của trẻ em bắt đầu từ lòng tin vào con người. Có thể tôi đã nhắc đến “niềm tin cơ bản” này khá nhiều lần nhưng trong giai đoạn nhũ nhi việc tạo dựng nên niềm tin cơ bản trong tâm hồn trẻ là điều quan trọng hơn cả. Nếu chúng ta không tin vào người khác, chúng ta cũng không thể tin vào bản thân mình.



Hơn nữa, việc tin tưởng vào người khác cũng đồng nghĩa với việc là bạn gặp được người làm mình có thể tin tưởng được. Trong mối quan hệ với mẹ hoặc người có ý nghĩa như người mẹ, trẻ sẽ được nuôi dưỡng khả năng tin tưởng vào người khác. Bắt đầu từ người mẹ, trẻ sẽ gặp được nhiều người trẻ có thể tin tưởng và từ đó sẽ có được niềm tin cơ bản để rồi khi đến trường tiểu học, trẻ sẽ có thể chơi đùa, học hỏi được từ bạn bè, và có được những bước chuẩn bị đầu tiên, hình thành nên tính cẩn cù, chăm chỉ.

Nếu những điều này bị bỏ qua, trẻ sẽ trở thành người không có nhân cách tốt trong xã hội, không hòa mình vào được trong xã hội và sẽ trở nên cô đơn bất mãn, sẽ không hạnh phúc hay có những mặt bất ổn về tâm lý. Điều này đã được chứng thực trong rất nhiều nghiên cứu tỉ mỉ của Erikson. Để có được sự trưởng thành phù hợp với độ tuổi hay phù hợp với sự kì vọng từ mọi người cần phải có một khoảng thời gian nhất định. Nhưng để hình thành nên nhân cách xã hội của mình, rất nhiều người cảm thấy thời gian này là cần thiết.

Erikson đã nói rằng ở thời điểm khởi đầu cuộc hành trình của mình, một vấn đề phát triển quan trọng đối với trẻ đó là niềm tin

vào con người. Mẹ là người đầu tiên đưa trẻ gặp khi chào đời và việc mẹ sẽ thực hiện những điều trẻ muốn sẽ làm cho trẻ có tự tin vào bản thân cũng như tin tưởng vào người khác. Vậy tại sao lại là người mẹ? Bởi vì mẹ là người gần gũi nhất với trẻ, có thể nhận ra trẻ đang cần bú sữa, đang khó chịu vì cái tã ẩm ướt hay đang muốn được vui đùa. Mẹ là người với tất cả những bản năng sẵn có sẽ cho trẻ thấy rằng mẹ đang rất nâng niu con, rất cưng chiều con.

Trẻ dù có lớn lên đi chăng nữa cũng rất cần được cảm nhận tình thương của người mẹ theo cách mà chúng muốn. Không cần phải là trong một thời gian dài hay cũng không cần thiết phải quá nhiều về lượng mà điều quan trọng nhất là về mặt “chất” của tình yêu thương. Chẳng hạn, người mẹ có thể trò chuyện với con trong lúc con tắm, hay có thể nằm cạnh con trong buổi đêm, hoặc để con ngồi trên đùi và đọc cho con nghe những cuốn truyện tranh. Dù là thời gian có ít đi chăng nữa tâm lý đón nhận và đáp ứng những gì trẻ muốn là điều thật sự quan trọng.

Còn vai trò của người bố là dạy con những nguyên tắc cơ bản để có thể tồn tại được trong xã hội, dạy cho con biết giữ chữ tín... Tuy là không thể nói một cách rạch ròi là vai trò của người mẹ phải như thế này, vai trò của người bố phải như thế kia nhưng có thể nói một cách đơn giản là nếu người bố bảo “nếu con không

học là không được đầu đay”, thì người mẹ sẽ bảo rằng “Không học giỏi cũng không sao đâu con à”.

Và có một trật tự là chỉ khi những đứa trẻ được cảm nhận đầy ắp tình yêu thương của mẹ thì mới có thể cảm nhận được tình yêu thương, những gì thuộc về bố. Những đứa trẻ không được cảm nhận đầy đủ tình yêu thương của mẹ sẽ không thể hiểu được những răn đe, dạy dỗ của bố về những luật lệ xã hội, những hứa hẹn, trách nhiệm, nghĩa vụ. Những người không hiểu điều này cứ nghĩ là cứ cân bằng trong vai trò của bố và mẹ là đủ nhưng điều đó là điều hoàn toàn sai.

Cho dù là có chuyện gì đi chăng nữa từ giai đoạn sơ sinh đến giai đoạn trẻ 2 tuổi, một khi trẻ cảm nhận được hoàn toàn tình cảm của người mẹ rồi, chúng ta mới nên bắt đầu truyền đạt sự dạy dỗ nghiêm khắc của người cha. Nếu không dạy dỗ trẻ theo trật tự đó những niềm tin cơ bản sẽ không thể nào hình thành được trong đứa trẻ.

Yêu trẻ theo cách mà trẻ muốn

Để phát triển tính cách xã hội, điều đầu tiên là trong giai đoạn từ khi lọt lòng mẹ đến nửa đầu của giai đoạn sơ sinh, trẻ cần phải tin tưởng vào con người và niềm tin cơ bản phải được nuôi dưỡng.



Điều này nếu nhìn từ góc độ của bố mẹ đó là việc nuôi nấng để trẻ trở thành người có thể yêu thích bản thân mình nhưng nhìn từ góc độ của trẻ đó là việc được yêu thương theo cách mà chúng muốn. Vậy để có thể yêu trẻ theo cách mà trẻ muốn bố mẹ cần phải làm gì? Theo Erikson, có thể nói một cách cụ thể là “nếu mẹ cảm thấy hạnh phúc, vui vẻ khi ở cạnh trẻ, chắc chắn đứa trẻ cũng cảm thấy vui vẻ, hạnh phúc”.

Khi đứa trẻ lần đầu gặp mẹ, lần đầu gặp người chăm sóc mình kĩ lưỡng như thế, liệu đứa trẻ sẽ có thể tin tưởng người đó nhiều như thế nào, liệu đứa trẻ có thể tin tưởng vào bản thân mình đến mức nào. Đó hầu như là hai điều gần nghĩa nhau. Việc có thể tin tưởng bao nhiêu vào mẹ, tin tưởng bao nhiêu vào bản thân cũng giống như là có thể tin tưởng bao nhiêu vào bạn bè, vào thầy cô giáo. Điều này sẽ tiếp nối với rất nhiều những điều khác. Đây là điều quan trọng nhất trong vai trò của một người mẹ.

Có thể sẽ có rất nhiều trong số các bạn nghĩ là nếu làm theo những gì trẻ đòi hỏi trẻ sẽ trở nên ích kỉ nhưng điều đó hoàn toàn không hề có nên các bạn cứ thoải mái yêu thương trẻ theo cách mà trẻ muốn. Trẻ em sau khi sinh được năm hoặc sáu tháng luôn

muốn người khác vui với những gì khiến cho mình vui. Tức là trẻ đã biết đòi hỏi sự đồng cảm từ phía bố mẹ mình.

Khi bố mẹ chơi trò “Ú òa” trẻ sẽ rất vui. Vì thế, bố mẹ thường hay chơi trò đó với trẻ. Nhưng thực sự khi chơi trò đó bố mẹ cũng rất vui. Nhiều nhà tâm lý học và tinh thần học cho trẻ trong giai đoạn sơ sinh đã cho rằng việc chia sẻ, cộng hưởng niềm vui giữa bố mẹ và con cái là một chìa khóa rất quan trọng trong việc nuôi dưỡng nên tình yêu thương, sự đồng cảm của con cái.

Đối với trẻ em, việc gặp được người có cách nuôi nấng trẻ như thế sẽ giúp trẻ có được một sự chia sẻ, cảm thông với người khác. Chính sự cảm thông, cộng cảm với người khác sẽ giúp trẻ biết quan tâm đến người xung quanh, biết cảm nhận được niềm vui của người khác cũng như niềm vui của chính mình. Và khi trẻ lớn dần lên, tình cảm đó sẽ dần hình thành nên sự quan tâm, sẻ chia đến những bất hạnh, đau khổ của người khác.

Sự cảm thông, sẻ chia này không phải là tình cảm mà ngay từ khi sinh ra con người đã có được. Giai đoạn chuẩn bị được bắt đầu từ sau khi sinh ra khoảng 2 đến 3 tháng, sau đó phát triển nhanh chóng từ tháng thứ 5, thứ 6 và cứ thế tiếp tục phát triển đến khi trẻ được 3 tuổi. Nhưng sau đó không có nghĩa là yếu tố này của trẻ sẽ không phát triển thêm nên dù chúng ta có nuôi nấng trẻ thế

nào đi nữa cũng không bao giờ là thừa thãi. Điều quan trọng là bạn hãy cứ cùng vui với những gì trẻ cảm thấy vui, cùng buồn với những gì làm trẻ buồn.

Dù có nói là yêu trẻ theo cách mà chúng muốn các ông bố bà mẹ cũng không nên nghĩ là mình phải làm điều gì đó to tát, cao xa. Chẳng hạn khi bố mẹ muốn tắm rửa cho con mình có nghĩa là bố mẹ muốn con mình được sạch sẽ, khỏe mạnh. Nhưng những đứa trẻ cỡ tuổi mẫu giáo chẳng có đứa trẻ nào nghĩ là mình tắm rửa vì vệ sinh, sức khỏe của mình cả. Đa phần bọn trẻ đều đi tắm vì được nghịch nước thoải mái. Vì thế bọn trẻ thường hay đem xe, thuyền, súng nước vào phòng tắm. Dù có tắm rửa sạch sẽ rồi đi chẳng nữa, khi nói với bọn trẻ là chúng ta sẽ ngâm nước nóng thêm một chút nữa rồi đi ra, bọn trẻ sẽ nghĩ là chúng có thể chơi đùa thêm một lần nữa. Nhìn những đứa trẻ chơi đùa một cách vui vẻ như thế bố mẹ cũng không thể nào không nở một nụ cười. Đây là một ví dụ cho việc nuôi dạy con cái tốt nhất. Bố mẹ thường bận rộn nên đôi khi có thể nói với con là hãy ra khỏi phòng tắm sớm đi nhưng chơi đùa thêm một vài phút nào có đáng kể gì. Điều mà lũ trẻ mong muốn chỉ có chừng đó thôi.

Vài năm gần đây, những bậc cha mẹ có thể nuôi dạy con theo đúng cách mà chúng thích ngày một ít đi. Ngược lại, họ thường nuôi con theo cách mà họ muốn. Có thể nói đúng hơn là họ muốn



con trở thành người như họ muốn. Và suy nghĩ mong muốn trở thành những bà mẹ hay những ông bố như con mình muốn ngày càng yếu ớt đi.

Nếu người mẹ khi ở cạnh con mà lại cảm thấy mệt mỏi, bức bối đương nhiên đứa trẻ cũng cảm thấy điều tương tự khi ở cạnh mẹ. Nhưng nếu người mẹ có thể cho trẻ cảm nhận rằng mẹ rất vui vẻ, hạnh phúc khi ở bên trẻ và sẽ làm mọi điều trẻ thích trẻ sẽ cảm thấy yên tâm đến mức nào. Hơn nữa, một đứa trẻ 5, 6 tháng tuổi không biết nói cũng sẽ có cảm giác muốn người như thế ở bên cạnh mình. Trẻ em luôn muốn người khác cũng cảm nhận được niềm vui mà chúng cảm thấy. Đây chẳng phải là cách yêu thương mà trẻ mong muốn nhất sao?

Nuôi nấng trẻ bằng cách nhận được tình yêu từ nhiều người

Tôi đã từng có dịp nói chuyện ở một buổi thảo luận tại một phường ở tỉnh Aichi. Hết buổi nói chuyện, một người mẹ trẻ đã nói rằng: “Con em không giỏi ăn bằng thìa nên nó thường ăn bốc. Em không thích con ăn một cách bẩn thỉu như thế nên em thường

xúc bằng thìa cho con. Nhưng dù cho có thể nào đi nữa nó cũng thích bốc tay hơn. Điều đó làm em rất bức”.

Đối với trẻ em đến khi trẻ đã no lưng chừng trẻ sẽ dùng tay chơi với thức ăn. Điều này nếu mỗi ngày đều xảy ra từ 30 đến 40 phút, một ngày 3 lần sẽ có rất nhiều bà mẹ cảm thấy khó chịu. Có một nhà tâm lý học đã nói rằng việc có thể sinh con và việc có thể trở thành mẹ hay không là hai điều hoàn toàn khác nhau.

Với trường hợp của bà mẹ trẻ trên, tôi đã trả lời: “Nếu bạn không thấy thoải mái có thể mua loại đất sét làm bằng bột mì để trẻ có thể chơi đùa sau khi ăn xong.” Nếu những gì đứa trẻ đó thích mà lại làm cho bạn khó chịu liệu đứa trẻ đó sẽ cảm thấy bất hạnh đến dường nào khi chúng lớn lên?

Mặt khác, có những người có khả năng chăm sóc con cái dù đó không phải là những đứa trẻ do họ sinh ra. Trước đây, có lần tôi được mời đi dự hội thảo các bậc cha mẹ nuôi ở khu vực miền Trung Nhật Bản. Tôi đã có dịp gặp gỡ rất nhiều bậc cha mẹ nuôi cũng như rất nhiều những thế hệ con cái đã 30, 40 tuổi được nuôi dưỡng một cách rất kỹ lưỡng. Và lúc đó, có một bậc phụ huynh đã nói một điều đại loại là: “Chỉ khi con trẻ có thể cảm nhận được rằng chúng thực sự được bảo vệ, được yêu thương, được chăm sóc, có được một ai đó mà chúng có thể thực sự tin tưởng từ tận

đáy lòng, chỉ khi đó chúng mới có thể bước những bước vững chắc ra ngoài xã hội”.

Có thể nói đơn giản rằng trong những năm đầu đời, điều quan trọng nhất là trẻ cần nhận được tình cảm yêu thương theo đúng cách mà trẻ muốn từ mẹ, từ cha, từ ông bà, những người họ hàng thân thích, từ những thầy cô giáo nuôi dạy trẻ, từ rất nhiều người xung quanh. Chỉ có tình thương từ cha mẹ thôi sẽ không đủ. Vì sao lại vậy? Nói một cách dễ hiểu dù là trong một gia đình hạnh phúc, bố mẹ hòa thuận thì theo lý luận thông thường, tình cảm của bố mẹ là tình cảm được xây dựng dựa trên những suy nghĩ cho tương lai của con trẻ, hay nói một cách khác là muốn con mình trở thành người như mình mong muốn. Đó là một kiểu yêu thương xoay quanh chính bản thân của bố mẹ.

Cho dù bố mẹ có cố gắng không suy nghĩ “mong đứa trẻ này sẽ trở thành người như thế” đi chăng nữa, một phần nào đấy trẻ có thể cảm nhận được “bố mẹ vẫn chưa thỏa mãn về con”. Vì thế, kết quả là đứa trẻ sẽ nghĩ mình sẽ không được bố mẹ yêu thương nữa nếu mình không làm vui lòng bố mẹ, ở một mức độ nào đó, trẻ có thể cảm nhận mình bị bố mẹ ghét bỏ.

Chẳng hạn nếu lúc nào bố mẹ cũng nói với trẻ: “Con là ngôi sao hi vọng của bố mẹ nên nếu con không cố gắng ước mơ, hi

vọng của bố mẹ cũng sẽ tan biến hết”. Nếu trẻ nghe những điều đó trẻ không thể thoải mái, hạnh phúc được. Mà nếu những đứa trẻ lúc nhỏ không cảm thấy hạnh phúc thì khó có thể cảm thấy hạnh phúc khi lớn lên, khó có thể vẽ ra ước mơ hay hi vọng về một tương lai tươi sáng phía trước. Chỉ năm cuối tiểu học, trẻ mới hiểu được nỗ lực sẽ đem lại thành quả. Cho đến lúc đó, có lẽ ước mơ, hi vọng của trẻ cũng đã bị dập tắt mất rồi.

Nhưng tình thương của bố mẹ lúc nào cũng như vậy. Ông bà có thể yêu thương trẻ theo kiểu “con chỉ cần là con thôi”. Họ là những người không cần quá lo lắng cho tương lai của trẻ nên có thể khen trẻ dễ thương, có thể chấp nhận trẻ với tất cả những gì vốn có. Trẻ lớn lên trong môi trường đa dạng về tình yêu thương sẽ là những đứa trẻ năng động, hoạt bát.

Hãy để trẻ trở thành người biết nói “Xin lỗi” và “Cảm ơn”

Tôi từng nhắc đến ở những chương trước rằng không chỉ trẻ em, mà đã là con người, việc dung hòa với nhiều người và có những mối quan hệ tốt là điều vô cùng hạnh phúc. Để được như vậy, điều quan trọng là hàng ngày nên chia sẻ niềm vui, nỗi buồn cùng người khác. Để giao tiếp tốt với người khác, điều kiện đầu tiên là có thể nói “Xin lỗi”, “Cảm ơn” một cách chân thành nhất.



Nhưng vẫn có những đứa trẻ không biết nói: “Xin lỗi”, “Cảm ơn”. Rất nhiều lần những người bạn làm việc ở trung tâm bảo hộ trẻ em kể với tôi rằng những đứa trẻ ở đây hầu như không thể diễn tả được bằng lời về lòng biết ơn, sự hối lỗi với bạn bè hay với những nhân viên ở đấy. Nếu trẻ có thể diễn đạt bằng lời sự biết ơn đó, mối quan hệ giữa trẻ với nhau đã có thể trở nên thoải mái hơn nhiều. Đó không phải là lỗi của chúng. Những đứa trẻ đó được sinh ra trong môi trường khác nhau mà cũng có lẽ chúng đã không được dạy dỗ như thế.

Việc có thể nói được “Xin lỗi”, “Cảm ơn” với người khác có nghĩa là có được một lòng tin tưởng nhất định đối với họ. Người ta không thể nói “Xin lỗi” với người mà họ không biết chắc là người ấy có tha thứ cho mình hay không. Người ta cũng không thể đơn giản nói câu “Cảm ơn” nếu trong lòng không thực sự nghĩ như vậy. Đã là con người ai cũng đều như vậy cả.

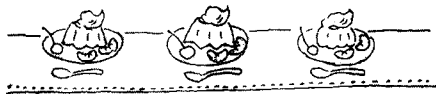
Không hề là quá lời nếu ta coi “Xin lỗi”, “Cảm ơn” là những từ ngữ bắt đầu trong việc giao tiếp với người khác. Tôi nghĩ đứa trẻ nào được nuôi nấng trong một môi trường giao tiếp hàng ngày

đều được tiếp xúc với những từ ngữ và tình cảm như thế thật là hạnh phúc.

Những đứa trẻ được nuôi lớn trong các trung tâm xã hội khó mở lời “Xin lỗi”, “Cảm ơn” dù cho các thầy cô giáo khuyến khích nói lời ấy đến mức nào đi chăng nữa. “Xin lỗi” không phải là từ ngữ có thể dễ dàng nói được nếu ta không có cảm xúc đó. Từ “cảm ơn” cũng như vậy. Vì thế các giáo viên thường nói thay lời cho trẻ. Và đó là điều vô cùng quan trọng.

Tôi đã đến dự những buổi giao lưu giữa những nhân viên làm trong các trung tâm chăm sóc trẻ em và quen biết với một nhân viên ở đó. Người đó đã luôn chủ động nhờ vả bọn trẻ - những đứa trẻ mà anh ấy thấy khó gần hay có những vấn đề làm mình bận tâm - làm những việc nhỏ con con mà chúng biết rằng anh hoàn toàn có thể tự làm việc đó. Và khi đứa trẻ đã hoàn thành công việc được giao một cách nghiêm túc, người thầy đó luôn nói theo một cách hơi cường điệu hóa một chút “Cảm ơn con. Thấy rất vui vì con đã giúp thầy”.

Và khi thấy cô có làm sai điều gì, dù điều đó nhỏ đến đâu đi chăng nữa, họ cũng thường tỏ ra rất hối lỗi nói xin lỗi trẻ còn hơn cả mức cần thiết. Chẳng hạn khi thầy giáo bảo trẻ: “Con đợi thầy một chút nhé. Thầy làm việc này xong rồi thầy sẽ lại cùng chơi với con nhé.” Nhưng nếu việc đó tốn nhiều thời gian hơn dự kiến, khi



quay lại thấy chắc chắn nên nói: “Thầy xin lỗi vì đã bắt con đợi lâu nhé”. Bất cứ lúc nào giáo viên nọ nghĩ là cần phải xin lỗi trẻ chắc chắn anh ấy sẽ nói lời xin lỗi.

Trong cuộc sống hàng ngày, việc liên tục nói “Xin lỗi”, “Cảm ơn” cho những điều dù là nhỏ nhất sẽ chạm được đến trái tim trẻ. Điều đó sẽ có thể giúp trẻ hình thành được cảm xúc, giúp trẻ nói được lời “Xin lỗi”, “Cảm ơn” từ tận sâu trong trái tim mình. Nuôi dưỡng cảm xúc này chính là nuôi dưỡng sự tin tưởng vào bản thân, tin tưởng vào người khác của trẻ. Điều đó là điều hết sức quan trọng. Nếu bạn nhận ra được bất cứ điều gì, hãy áp dụng từng điều, từng điều một để có thể giúp trẻ hình thành khả năng giao tiếp và gắn kết khả năng này với quá trình trưởng thành của trẻ.

Chương 4

Vấn đề khuyết tật phát triển



Khuyết tật phát triển là gì?

Khuyết tật phát triển là tình trạng một đứa trẻ gặp khó khăn trong việc phát triển các chức năng thân thể, trí tuệ và tinh thần do một nguyên nhân nào đó trong quá trình sinh ra và lớn lên. Có những trường hợp trẻ phát triển chậm hơn bình thường. Tuy nhiên cũng có những trường hợp trẻ không những chậm hơn mà một số khả năng của trẻ còn phát triển vượt trội hơn hẳn trẻ bình thường. Do vậy khó có thể nói đơn giản rằng những đứa trẻ đó là chậm phát triển được. Đối với những trường hợp này, người ta nói những đứa trẻ này bị khuyết tật phát triển bởi sự mất cân bằng dẫn đến phát triển lệch các chức năng. Sự mất cân bằng chức năng này trải rộng trên nhiều lĩnh vực như nhận thức, học tập, ngôn ngữ và khả năng giao tiếp, phát triển về mặt xã hội nên người ta còn gọi các trường hợp này là rối loạn phát triển lan tỏa.

Cũng có một số trường hợp khuyết tật phát triển đi kèm với khuyết tật về trí tuệ. Về cơ bản, khuyết tật trí tuệ được khu biệt khá rõ ràng. Một trong những thang đo khuyết tật trí tuệ là kiểm tra chỉ số thông minh IQ. Nếu chỉ số thông minh dưới 70, người ta sẽ đánh giá là người này bị khuyết tật trí tuệ. Chúng ta có thể chia ra các mức độ khuyết tật thành nhẹ, vừa, nặng và rất nặng tùy theo chỉ số thông minh IQ của trẻ dưới chỉ số 70 ở mức độ nào. Tuy



nhiên, khái niệm và tình trạng của khuyết tật phát triển và khuyết tật trí tuệ không hoàn toàn trùng khớp.

Trong số các loại khuyết tật phát triển này, chứng tự kỷ là hiện tượng mang tính đại diện và cần nhiều sự chăm sóc cũng như giáo dục hàng ngày. Chứng tự kỷ cũng có nhiều đặc trưng và mức độ riêng. Mức độ này tùy theo từng cá nhân nhưng trước đây người ta thường nói: Đứa trẻ này bị tự kỷ nặng, đứa trẻ kia bị tự kỷ nhẹ. Chỉ có cách nói là khác nhau còn đặc trưng của hội chứng tự kỷ không thay đổi. Với ý nghĩa này, gần đây người ta sử dụng cách gọi rối loạn phổ tự kỷ và cách gọi này đã trở nên phổ biến trong các hội thảo chuyên đề trên thế giới.

Riêng tôi, tôi thấy những trẻ thuộc về nhóm khuyết tật phát triển như trẻ tự kỷ, trẻ mắc hội chứng tăng động giảm chú ý hay kiểm tra lại thuật ngữ đều có một vấn đề chung, dẫu nhìn bề ngoài thì tình trạng bệnh hay các triệu chứng của mỗi nhóm bệnh có khác nhau. Chính vì thế, tôi nghĩ chúng ta cũng có thể gọi tổng quát những loại bệnh này là rối loạn phổ khuyết tật phát triển. Theo như cách hiểu trước đây, người bị tự kỷ chức năng cao không

bị khuyết tật về trí tuệ, người mắc hội chứng rối loạn tự kỷ (hội chứng Asperger) không bị chậm phát triển về mặt ngôn ngữ, trẻ tăng động giảm chú ý, trẻ bị khuyết tật học tập cũng đều nằm trong nhóm bệnh này. Do vậy nếu chúng ta gọi chung các loại bệnh này là rối loạn phổ khuyết tật phát triển thì sẽ rất dễ hiểu.

Tại sao tôi lại nói điều này? Chắc hẳn các thầy cô giáo làm việc chăm sóc và nuôi dạy cho những người bệnh này đã nhận ra lý do vì sao. Có rất nhiều trường hợp khi dẫn đứa trẻ này đến khám ở trung tâm tư vấn, người ta bảo con bị chứng tự kỷ. Nhưng khi đến phòng khám khác người ta lại nói con bị tăng động giảm chú ý. Như vậy cha mẹ trẻ sẽ dễ nhầm lẫn, nghĩ rằng con mình bị nhiều loại khuyết tật. Trong trường hợp như vậy tôi sẽ nói rằng đứa trẻ đó không gặp nhiều vấn đề khuyết tật. Nó chỉ có một vấn đề và người ta chỉ nhìn vấn đề ấy trong bệnh trạng cũng như các biểu hiện bệnh từ các góc độ khác nhau mà thôi.

Chúng ta hãy thử lấy bệnh cảm làm ví dụ nhé. Khi bị cảm, có khi chúng ta ho dữ dội nhưng cũng có lúc chúng ta bị chảy nước mũi hoặc có những lúc ta bị sốt khi cảm cúm. Khi bị ho dữ dội, chúng ta sẽ uống thuốc để trị ho. Khi bị sốt chúng ta sẽ dùng thuốc để hạ nhiệt. Tuy nhiên chúng ta vẫn không thay đổi cách chữa trị cơ bản đối với nhóm bệnh cảm. Vậy nên chúng ta vẫn cần đưa

các triệu chứng này về một nhóm bệnh. Trên cơ sở đó, chúng ta sẽ đưa ra được cách chữa trị riêng hiệu quả tùy theo triệu chứng bệnh của từng người.

Sau đây tôi xin được trình bày về những đặc trưng hoặc những vấn đề liên quan đến các hội chứng khuyết tật phát triển. Trong quá trình trình bày có thể tôi sẽ sử dụng các từ ngữ như khuyết tật phát triển, bệnh tự kỷ, rối loạn phổ tự kỷ riêng rẽ. Điều đó không có nghĩa là tôi nói về các đặc trưng và vấn đề riêng của từng hội chứng. Tôi mong các bạn hiểu rằng tất cả loại bệnh và hội chứng trên đều có những tính chất chung giống nhau.

Nếu nói một cách tóm gọn về bản chất của đặc tính các khuyết tật phát triển, ta có thể nói đó là do những tổn thương não làm cho các chức năng tổng hợp cùng một lúc của não bộ gặp khó khăn. Một đứa trẻ bình thường có thể đồng thời thực hiện các chức năng này một cách tự nhiên. Nhưng trẻ bị khuyết tật phát triển lại không làm được như vậy. Một trong những việc yêu cầu có chức năng não hoạt động đồng thời chính là giao tiếp. Những đứa trẻ bình thường sẽ nhìn vào mắt của người nói chuyện, đồng thời biết sử dụng biểu cảm của gương mặt và các hoạt động cơ thể để nói chuyện và giao tiếp với những người xung quanh. Nhưng những đứa trẻ bị khuyết tật phát triển lại rất khó thực hiện được điều này.

Một khi những đứa trẻ này không thể giao tiếp tốt được, rõ ràng mối quan hệ của chúng với những người xung quanh sẽ gặp khó khăn. Hơn thế nữa, những đứa trẻ bị khuyết tật phát triển lại rất khó chia sẻ tình cảm vui buồn cùng với người khác. Chính vì vậy, chúng rất khó kết bạn và khó có được những mối quan hệ thân thiết. Do vậy trẻ khó lòng hình thành được kỹ năng giao tiếp xã hội.

Hơn thế nữa, những đứa trẻ này cũng có những sở thích và mối quan tâm khá hạn hẹp. Chúng thể hiện mối quan tâm đặc biệt chỉ với những trò chơi nhất định. Đôi khi, chúng khẳng khái thích những thói quen và nghi thức chẳng có ích chút nào.

Trẻ không giỏi kỹ năng giao tiếp, trẻ khó hình thành được tính năng giao tiếp xã hội và trẻ có những sở thích và mối quan tâm trong một phạm vi bó hẹp là ba đặc trưng chính của trẻ thuộc nhóm khuyết tật phát triển. Nếu những người xung quanh không hiểu được những đặc tính này thì trẻ sẽ trở nên dễ bị cô lập. Vì thế cho nên, khi đi học, chúng thường bị bạn bè trêu chọc.

Không chỉ riêng ở nhà trẻ hay trường mẫu giáo, kể cả khi đi học tiểu học, trung học cơ sở, trung học phổ thông, trở thành sinh viên rồi sau này tốt nghiệp và đi làm thì sự vất vả này sẽ còn đi theo chúng mãi. Có chăng chỉ là khác nhau về mức độ của từng



người mà thôi. Sự khổ tâm cùng với cảm giác bị cô lập như thế này là điều vô cùng tệ hại. Chính vì thế trẻ thường có xu hướng tập trung vào những trò chơi hay các hoạt động mà bản thân trẻ thấy an tâm và có thể toàn tâm toàn ý vì nó. Nếu người lớn không hiểu những đặc tính của trẻ khuyết tật phát triển, họ sẽ cho rằng đứa trẻ này chỉ quan tâm tới những điều chúng thích và người ta sẽ nhìn nhận đứa trẻ theo cách tiêu cực rằng chúng là những đứa trẻ có xu hướng cố chấp.

Bà Lorna Wings, nhà nghiên cứu và lâm sàng học về chứng tự kỷ nổi tiếng trên thế giới, đồng thời cũng là mẹ của một bệnh nhân tự kỷ, đã chia sẻ với người mắc chứng tự kỷ như sau: “Những người tự kỷ đều không thể tự mình hòa vào thế giới cũng như văn hóa của chúng ta. Chỉ khi nào chúng ta nỗ lực để có thể tiến gần hơn đến thế giới và văn hóa của họ, và nếu chúng ta không cầm tay từng người dắt họ bước vào thế giới của chúng ta, chắc chắn họ và chúng ta sẽ không bao giờ thể chung sống với nhau được.”

Ở những nơi có người hiểu rõ về đặc điểm của những đứa trẻ và người bị khuyết tật phát triển, những đối tượng ấy mới có thể

bắt đầu học tập và sinh hoạt cùng với những người khác được. Tôi muốn các bạn hiểu rằng những đứa trẻ bị khuyết tật phát triển này chỉ có thể yên tâm và thích ứng được trong môi trường có những người hiểu rõ về chúng. Đó có thể là những người trong gia đình, thầy cô giáo, bạn bè và những người trong cộng đồng khu vực.

Nguyên nhân khuyết tật phát triển

Trong quá trình sinh trưởng của trẻ, một đứa trẻ sẽ bị coi là khuyết tật phát triển nếu chúng có cả ba đặc điểm sau: 1 – không thiết lập được tốt mối quan hệ tương hỗ với những người xung quanh và không hình thành được kỹ năng xã hội, 2 – không giao tiếp tốt được với những người xung quanh, 3 – có những sở thích và mối quan tâm rất hẹp; và hơn thế nữa, sự phát triển của những kỹ năng này lại không cân bằng.

Trong những nội dung dưới đây tôi cũng sẽ sử dụng những thuật ngữ như trong phần trước đã nêu. Tôi không quá để ý tới những khái niệm của ngôn từ mà muốn sử dụng những ngôn từ thích hợp để mô tả về những đặc trưng của từng loại khuyết tật. Vì những đặc trưng của khuyết tật phát triển hầu như trùng với chứng tự kỷ nên đôi khi tôi nói là khuyết tật phát triển, đôi khi tôi nói là chứng tự kỷ, song có những lúc lại gọi là rối loạn phổ

tự kỷ. Chỉ cần bạn hãy coi như đây là cùng một loại đặc trưng là được. Để các bạn dễ hiểu hơn, đôi khi tôi cũng sử dụng các từ ngữ như người mắc, gia đình người mắc tự kỷ chức năng cao hoặc hội chứng rối loạn tự kỷ (hội chứng Asperger) để nói về bệnh tự kỷ.

Vì sao những người bị tự kỷ (gồm cả trẻ em lẫn người lớn) lại xuất hiện những vấn đề hoặc những đặc điểm kể trên? Về cơ bản họ là những người không thể điều khiển tốt toàn bộ các hoạt động của não bộ. Nói cách khác, những người này không thể sử dụng tốt những gì họ đã học từ trước đến nay, những kiến thức mà họ có, hay những kinh nghiệm họ đã trải qua hoặc những kỹ năng trong một hoàn cảnh hoặc một điều kiện cụ thể.

Trong cuộc sống hàng ngày, trước khi quyết định làm một điều gì đó, chúng ta sẽ lấy ra hàng loạt thông tin trong não bộ xem liệu mình có thể làm được việc gì. Chúng ta sẽ lấy ra toàn bộ các kiến thức và kinh nghiệm trong ký ức về quá khứ, các thông tin dưới dạng các chức năng não bộ và khi cần thiết sẽ huy động nhiều chức năng của não bộ. Đồng thời, khi chúng ta làm điều gì đó, các thông tin cần thiết để làm điều đó sẽ ở lại còn các thông tin không cần thiết sẽ bị dẹp sang một bên. Điều này xảy ra trong tích tắc để người ta quyết định những hành động thích hợp với hoàn cảnh.

Nói một cách chuyên môn hơn, tôi xin trình bày về đặc điểm của khuyết tật phát triển bao gồm những chức năng nào của não có vấn đề.

Trong bộ não của chúng ta, phần đằng sau được gọi là thùy chẩm, ở hai bên được gọi là thùy thái dương, ở phía trên cao nhất được gọi là thùy đỉnh và ở đằng trước được gọi là thùy trán. Việc điều khiển bộ não lại thuộc về vùng vỏ não trước trán nằm ở trước thùy trán. Vùng vỏ não trước trán này là trung tâm điều khiển các hoạt động của toàn bộ hệ trung khu thần kinh. Khuyết tật phát triển là tình trạng liên kết kém giữa từng trung khu thần kinh trong hệ thống thần kinh hoặc chức năng hệ thống trung khu thần kinh không toàn diện.

Mối liên kết của trung khu thần kinh hoặc các chức năng tạo đường truyền yếu nghĩa là việc trao đổi vật chất thông tin thần kinh của các xi-nap, chuyên đảm nhiệm việc kết nối giữa các tế bào thần kinh với nhau, có vấn đề. Bởi vậy, những người này khó có thể kích hoạt tổng thể và đồng thời nhiều chức năng hoạt động của các trung khu thần kinh. Vào những lúc cần thiết, chức năng của các trung tâm thần kinh lại không thể nhanh chóng hoạt động hiệu quả được. Về cơ bản, người ta gọi việc hoạt động kém của vùng vỏ não trước trán ở nhiều mức độ khác nhau như thế này là khuyết tật phát triển.

Giả dụ như bây giờ tôi đang có bài nói chuyện trước các bạn. Vùng vỏ não trước trán có nhiệm vụ lựa chọn những thứ phù hợp nhất để sử dụng từ vô số những ngôn từ mà tôi đã từng nhớ được, trong số thông tin khổng lồ từ kiến thức và kinh nghiệm mà tôi có được. Rồi từ trong rất nhiều thông tin não đã lấy ra được như vậy, vùng vỏ não trước trán có nhiệm vụ phát thông tin cực nhanh sắp xếp chúng và đưa vào trí nhớ ngắn hạn. Người ta gọi trí nhớ ngắn hạn này bằng cái tên tiếng Anh là “working memory”. Dựa vào trí nhớ ngắn hạn này mà tôi mới có thể nói chuyện với các bạn.

Trong khi tôi đang nói chuyện, trong đầu tôi vẫn liên tục nghĩ xem tiếp theo mình cần phải sử dụng những từ ngữ nào để nói vấn đề gì. Và não bộ ngay lập tức lại làm công tác tuyển lựa ngôn từ và sắp xếp để quyết định tới đây tôi sẽ nói về câu chuyện này, câu chuyện kia. Thêm vào đó, trong lúc nói chuyện, tôi còn đồng thời ngay lập tức đánh giá được cả cách nói chuyện của mình có ổn hay không. Có thể bản thân chúng ta không ý thức về một loạt những thao tác kể trên nhưng ở bên trong não của chúng ta vùng vỏ não trước trán luôn lặp đi lặp lại những điều này.

Những người bị khuyết tật phát triển là những người có chức năng điều khiển não kém nhưng các chức năng khác thì hoàn toàn không kém chút nào. Ví dụ như khả năng hiểu được những thứ mà họ nhìn thấy bằng mắt thường hay khả năng ghi nhớ của họ

rất tốt, thậm chí còn tốt hơn những năng lực ấy của những người bình thường rất nhiều. Thế nhưng những người không hiểu rõ về khuyết tật phát triển lại nghĩ, người này biết làm những việc như thế ấy, có thể làm được những việc như thế kia nên làm gì có chuyện họ không thể làm được những việc như thế này cơ chứ. Xa hơn nữa, nhiều người nhầm tưởng nghĩ rằng chắc người này là lười biếng, chảnh vẻ. Và thế là họ mắng và bắt ép những người bị khuyết tật phát triển phải sửa đổi.

Đặc biệt đối với những trẻ bị khuyết tật phát triển, nếu chúng ta không biết được rằng trẻ có thể làm tốt những việc này nhưng lại không làm được những việc kia thì đứa trẻ này sẽ cảm thấy tự ti, thấy mình có quá nhiều khiếm khuyết và khiến chúng có suy nghĩ tiêu cực về bản thân. Khi trẻ nghĩ rằng mình không ra gì cả và khi cảm giác ấy dần lớn lên thì đến khi trưởng thành, chúng sẽ biểu hiện ra rất nhiều vấn đề. Chúng ta cần phải nhìn nhận lại một sự thật là hiện nay có rất nhiều học sinh và sinh viên bị khuyết tật phát triển tìm đến các trung tâm bảo trợ khuyết tật phát triển.

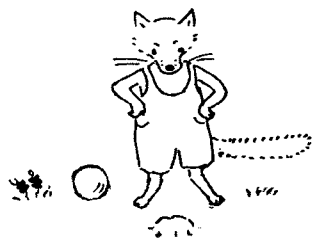


Tình hình khuyết tật phát triển

Ngày mừng hai tháng Tư hàng năm đã được Liên Hợp Quốc chọn làm Ngày Thế Giới nhận biết về tự kỷ. Việc phổ biến rộng rãi những hiểu biết về người mắc tự kỷ đang trở thành một nhiệm vụ cấp bách mang tính toàn cầu. Qua rất nhiều sai lầm trong quá khứ ở khắp các hướng trên thế giới, chúng ta đã rút ra bài học rằng: khi những người xung quanh có cái nhìn sai lệch, có sự hiểu nhầm, hoặc không chịu thấu hiểu những người mắc chứng tự kỷ sẽ khiến cho họ phải chịu đau khổ và đó là một hành động vô nhân đạo.

Vốn dĩ bản chất của những người này hết sức thật thà, không lá mặt lá trái, tuân thủ các quy tắc, sống rất nghiêm túc. Họ không phải là những người có thể nói dối hay vi phạm những quy tắc của xã hội. Nhưng do cái nhìn phiến diện của người xung quanh, do sự hiểu nhầm hoặc từ những cách đối xử theo kiểu không chịu thấu hiểu đã khiến họ rơi vào trạng thái không biết sử dụng các kỹ năng xã hội ra sao. Trong một số trường hợp điều này khiến cho những người mắc chứng tự kỷ có những hành vi vô đạo đức hoặc phạm tội.

Trước đây, tôi được mời tới tham dự buổi họp của hai nhóm chuyên giúp và hỗ trợ những thanh thiếu niên giam mình ở lì trong nhà. Tình trạng chính của những đối tượng cần được giúp



đỡ là những người chỉ ở lì trong nhà không chịu đi ra ngoài, song trong buổi họp của hai hội nhóm này đã có rất nhiều câu hỏi đặt ra cho tôi. Đó là những câu hỏi liên quan tới chứng tự kỷ. Phần lớn những câu hỏi này liên quan tới các vấn đề của chứng tự kỷ chức năng cao hay hội chứng rối loạn tự kỷ (hội chứng Asperger). Các câu hỏi liên quan tới những thanh thiếu niên có khả năng học tập tốt, thi đỗ vào các trường danh tiếng, có những kỳ thi tuyển đầu vào hết sức gắt gao.

Tôi liên tiếp nghe được những chia sẻ của các vị phụ huynh rằng họ rất đau khổ không hiểu tại sao những thanh thiếu niên này được theo học tại số ít các trường trung học phổ thông phải thi tuyển đầu vào ở địa phương, đạt được những thành tích cao trong trường mà lại không muốn đến trường. Khi đưa con đến khám ở các bác sĩ chuyên khoa họ mới ngạc nhiên hóa ra con mình bị mắc hội chứng tự kỷ chức năng cao hay hội chứng rối loạn tự kỷ (hội chứng Asperger). Chắc hẳn rất nhiều người tham gia họp nhóm đã phải suy nghĩ rất nhiều về ý nghĩa của việc các đối tượng cần giúp đỡ lại có năng lực học tập tốt, theo học được tại những trường trung học phổ thông danh tiếng có chất lượng cao.

Đằng sau những chia sẻ của các bậc phụ huynh kể về những nỗi lo lắng của mình, tôi còn nhận ra vô hình trung hội nhóm này quan tâm đến cảm xúc của những người mắc chứng tự kỷ chức năng cao và hội chứng rối loạn tự kỷ (hội chứng Asperger) và đây là nơi để họ giải bày phiền muộn của mình. Những con người này chỉ có thể yên tâm thực sự và có những cách hành xử thích hợp trong vòng tay của những người hiểu mình. Vậy nên tôi không thể hiểu tại sao những người liên quan tới họ như người thân trong gia đình, thầy cô giáo, bạn bè trong lớp không hiểu đúng về những đặc điểm của chứng tự kỷ sớm hơn để giúp mối quan hệ giữa cuộc sống và học tập của họ được liên tục.

Gần đây các thầy cô giáo ở nhà trẻ hay trường mầm non đã bắt đầu quan tâm đến việc nhìn xem trẻ nhỏ có những đặc tính của chứng tự kỷ hay không. Chính bởi vậy mà những chuyên gia chăm sóc trẻ đều có một điều băn khoăn, đó là phần nhiều các trường hợp họ biết được đứa trẻ này đã bị mắc chứng tự kỷ từ khi còn nhỏ, song họ rất khó có thể truyền tải thông điệp ấy tới phụ huynh của trẻ. Vẫn biết việc chia sẻ các vấn đề về chứng tự kỷ với cha mẹ trẻ là điều quan trọng song nói ra điều ấy mới khó khăn làm sao.

Trong khi đó, dù các ông bố bà mẹ có nghi ngờ đứa con bé bỏng của mình mắc chứng tự kỷ đi chăng nữa, họ vẫn có tâm thế



cầu trời khẩn phật là trong quá trình đứa trẻ lớn lên sau này có thể sẽ trở lại bình thường. Các bậc phụ huynh khó lòng có thể dễ dàng chấp nhận chuyện đứa con bé bỏng của mình bị mắc chứng tự kỷ.

Việc cha mẹ không chấp nhận chuyện con mình mắc chứng tự kỷ chẳng qua là do họ không muốn những người xung quanh có cái nhìn phiến diện về vấn đề khuyết tật. Ví dụ như có vị phụ huynh nói họ không thể chịu được việc những chiếc xe buýt đến đưa đón các trẻ mắc chứng tự kỷ đến trường mẫu giáo dừng ở gần nhà mình. Vị phụ huynh đó để ý đến chuyện người xung quanh nhìn mình như thế nào. Vậy nên vị phụ huynh này quyết định dùng xe nhà để đưa đón đứa con tự kỷ của mình đến trường. Cũng có trường hợp người bên phía nhà chồng nói rằng dòng họ nhà người ta không có những đứa con như vậy nên thậm chí người phụ nữ phải li hôn.

Từ những sự việc như trên nên người ta tránh đưa con mình đến các cơ sở điều trị chuyên biệt dành cho trẻ em tự kỷ và cố ép cho trẻ theo học tại các nhà trẻ, trường mẫu giáo, và rồi đi học ở trường phổ thông cùng lớp với các bạn cùng trang lứa bình thường. Ở đây tôi không có ý nói rằng các trường mẫu giáo và các

lớp học nơi trẻ theo học lúc nào cũng không phù hợp. Và lại trên thực tế quả là cũng có những trường mẫu giáo hay trường phổ thông thực hiện chế độ giáo dục theo đúng nội dung và đặc điểm tự kỷ của trẻ. Tuy nhiên trong những trường hợp ấy điều kiện tiên quyết là những người làm công tác giáo dục chắc chắn phải là những người có tư chất xuất sắc được đào tạo cũng như tập huấn đầy đủ.

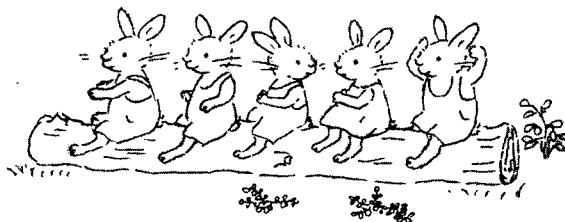
Đặc biệt, để làm tiền đề cho những điều đó bắt buộc phụ huynh cũng như là giáo viên của trường mầm non các lớp học đều phải xác định rõ và hiểu rõ đứa trẻ hay em học sinh đó bị mắc chứng tự kỷ. Chỉ cần một bên không lý giải được điều này thì cuộc sống sinh hoạt và học tập của đứa trẻ sẽ bị đảo lộn và đứa trẻ sẽ thấy vô cùng vất vả. Mãi tới những năm gần đây khi những người bị mắc chứng tự kỷ chức năng cao hay hội chứng rối loạn tự kỷ (hội chứng Asperger) đến tuổi thanh niên hoặc trở thành người lớn, họ mới nói cho chúng ta hiểu về những nỗi cực khổ và khó khăn ấy lớn nhường nào.

Xung quanh chúng ta có rất nhiều người rơi vào tình trạng bất hạnh nhưng ngược lại cũng có rất nhiều người đang tiến bước trên con đường đời hạnh phúc, tràn ngập hi vọng. Ở những nơi và những khi người bị mắc chứng tự kỷ được sống một cách vui vẻ là chúng ta có thể chắc chắn rằng xung quanh họ có những người

hiếu về họ. Thực ra điều này không chỉ nói riêng cho những người mắc chứng tự kỷ. Bản thân con người chúng ta cũng vậy nếu như ta không có được những người hiểu mình, chắc chắn chúng ta khó có thể hạnh phúc được.

Chương 5

Đặc điểm của người khuyết tật phát triển

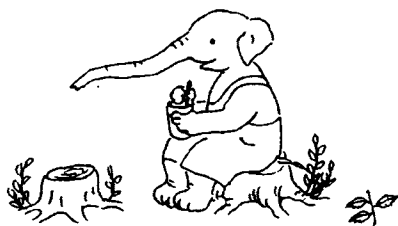


Khả năng hiểu bằng thị giác rất tốt

Những người mắc chứng tự kỷ chức năng cao không bị khuyết tật về trí tuệ hoặc những người bị mắc hội chứng rối loạn tự kỷ (hội chứng Asperger) mà không bị chậm phát triển về mặt ngôn ngữ đều có được khả năng xuất sắc trong việc lý giải các kích thích và thông tin bằng thị giác đồng thời ghi nhớ chúng lâu/nhanh hơn hẳn người bình thường. Nói tóm lại, họ rất dễ hiểu được ý nghĩa của những việc họ nhìn được bằng mắt. Nhưng điều này cũng có nghĩa họ rất khó có thể hiểu được các thông tin không nhìn thấy được như những lời nói hàng ngày. Những người này cũng có khả năng xuất chúng trong việc ghi nhớ các thông tin họ quan sát được. Có lẽ cũng không phải là quá lời nếu như nói rằng không ai trong số họ lại không có được năng lực như thế.

Những trẻ bị mắc chứng rối loạn phổ tự kỷ có thể nhớ lại và ghi nhớ rất sâu sắc tất cả những thứ gì chúng đã nhìn được và chúng có thể nhìn thấy. Khả năng đặc biệt này của chúng vượt xa so với những đứa trẻ bình thường khác. Chính bởi vậy ngay từ khi còn rất nhỏ những đứa trẻ này có thể chơi ghép tranh và xếp hình khối. Chỉ cần chúng nhớ được một số quy tắc là chúng có thể chơi trò chơi lật hai quân bài giống nhau giỏi hơn chúng ta rất nhiều.

Ngoài ra kể cả khi chúng không nhìn được tận mắt nhưng chúng có năng lực rất xuất sắc để hiểu những thứ cụ thể riêng biệt



và có nguyên tắc. Tôi có nói ngày sinh của mình cho một thiếu niên nọ và có hỏi thiếu niên đó xem 10 năm sau ngày sinh nhật của tôi vào thứ mấy. Thiếu niên ở lập tức nói với tôi “Thưa bác sĩ đó là ngày Chủ nhật ạ”. Một lần khác tôi lại hỏi câu hỏi này cho một người rất giỏi tính toán và người này cũng trả lời đó là ngày Chủ nhật. Như vậy đáp án này là chính xác. Riêng với tôi kể cả có mất nhiều thời gian tôi cũng chẳng trả lời được câu hỏi này nên tôi thấy vô cùng kinh ngạc.

Có một thanh niên mà tôi đã từng gặp và nói chuyện trong một thời gian dài tại trung tâm tư vấn trị liệu và chăm sóc trẻ nhỏ của thành phố Yokohama. Ngay từ khi còn bé cậu rất giỏi piano và đàn cello. Càng lớn cậu càng giỏi những nhạc cụ này. Giờ đây cậu đang chơi Cello trong dàn nhạc giao hưởng của một thành phố nọ và cậu có thể nhớ được các bản nhạc nhanh hơn bất cứ ai trong dàn nhạc. Các thành viên trong dàn nhạc đều rất ngạc nhiên không hiểu tại sao cậu lại có thể nhớ được những nốt nhạc nhanh đến thế.

Có một lần cậu và một người khác trong dàn nhạc cùng xem chung một bản nhạc để luyện tập. Một cơn gió tình cờ thổi vào

trong phòng biểu diễn làm bay bản nhạc. Trong khi người bên cạnh phải dừng lại không chơi được nữa thì cậu ta chẳng hề nhúc nhích và vẫn tiếp tục đánh đàn. Điều này khiến cho tất cả các thành viên trong dàn nhạc giao hưởng hết đổi ngạc nhiên.

Có rất nhiều đứa trẻ chỉ đi một lần mà có thể nhớ chính xác thứ tự đường đi. Tuy nhiên khi những đứa trẻ này đi đâu đó mà chỉ được người ta chỉ đường cẩn thận cho lúc đi thì y như rằng chúng sẽ gặp phải cảnh nhảm lẫn đường lúc về. Lý do là bởi con đường khi đi về sẽ phải theo trật tự ngược lại. Cách nhìn mỗi một góc phố căn nhà lại thay đổi và chúng lại nhìn thấy khác so với lúc trước.

Những gì mà người bình thường nhìn thấy khi đi có thể hơi khác một chút so với lúc về song họ vẫn biết vận dụng sự tưởng tượng để có thể quay trở về nơi xuất phát ban đầu. Nhưng rất nhiều người bị mắc chứng tự kỷ lại không có được năng lực tưởng tượng như thế. Nếu như đi giật lùi, rất có thể họ sẽ quay trở về được.

Tiếp sau đây, tôi xin kể một câu chuyện của một người bị mắc chứng tự kỷ về việc họ có cảm giác an tâm thế nào khi có thể nhìn được và kiểm chứng mọi thứ bằng mắt thường. Donna Williams là một người bị mắc bệnh tự kỷ chức năng cao rất nổi tiếng ở Anh.

Bà là người viết cuốn sách *Gửi đến tôi – người mắc bệnh tự kỷ*. Bà Donna đã đến Nhật Bản để nói chuyện và có bày bán sách ngay tại hội trường. Những người đến mua sách có thể xin chữ ký của tác giả Donna và bà cũng rất vui vẻ ký tặng cho mọi người. Sau buổi ký tặng sách, bà Donna có phát biểu trong buổi nói chuyện buổi chiều: “Tôi rất cảm kích khi rất nhiều người đã mua sách của tôi. Rất nhiều người cũng đã gửi những thông điệp chào đón tôi. Nhiều người rất tươi cười nói chuyện với tôi. Mọi người còn bắt tay tôi nữa. Tôi xin cảm ơn sự thân thiện của các quý vị. Nhưng có lẽ chẳng mấy chốc tôi sẽ lại quên mất sự thân thiện của quý vị đấy ạ.”

Bà nói rất thành thật. Bà Donna nghĩ là mình chắc sẽ quên nên đã nói với mọi người như thế. Thế nhưng có một người duy nhất đã viết một lời nhắn hết sức đơn giản vào tờ giấy và đưa tới cho diễn giả. Lời nhắn ghi “Chào mừng bà đến Nhật Bản. Cảm ơn bà đã có một buổi nói chuyện hết sức bổ ích cho chúng tôi”. Đối với những người tự kỷ, những thông tin có thể thấy được bằng mắt thường có sức mạnh an ủi họ vô cùng lớn lao. Bà Donna có nói hết sức thật lòng: “Tôi sẽ không bao giờ quên sự tử tế của người này.”

Đối với chúng ta, khi được trực tiếp gặp diễn giả Donna thế này chúng ta sẽ muốn dùng lời để bày tỏ tình cảm và tâm trạng

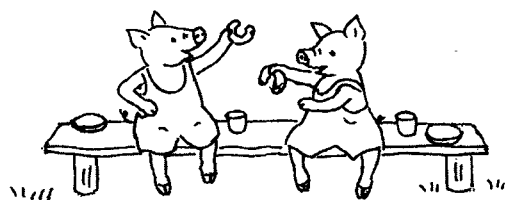
“Chào mừng bà đã đến đây”. Chúng ta nghĩ rằng nói ra điều này sẽ truyền đạt được cảm xúc của mình tốt hơn so với việc sử dụng giấy bút. Thế nhưng có thể việc viết ra những cảm xúc ấy trên giấy mới là cách thể hiện ta hiểu rõ về những đặc điểm của người tự kỷ.

Bản thân tôi rất hiểu chuyện người bị rối loạn phổ tự kỷ rất tin tưởng vào những thông tin mà họ có thể xác nhận được bằng mắt thường. Ấy thế mà tôi vẫn chưa làm được điều này. Thế mới biết chúng ta rất khác so với những người tự kỷ và điều này làm tôi giật mình.

Gặp khó khăn với ngôn ngữ nói

Như tôi đã từng nói trước đây, những người bị mắc chứng rối loạn phổ tự kỷ có thể nhìn và xác nhận được những nội dung từ ngữ thể hiện qua chữ đánh máy hoặc viết tay. Họ chỉ cần nhìn một lần là hiểu được người ta viết nội dung gì và dễ dàng có thể tìm ra được những điều người viết muốn nói hoặc tìm ra kết luận. Tuy nhiên những con người này lại rất khó khăn trong việc xử lý ý nghĩa lời nói.

Khi tôi được nghe những câu chuyện do chính những người mắc hội chứng rối loạn tự kỷ (hội chứng Asperger) kể lại hoặc khi



tôi được đọc những dòng thông điệp do người bị tự kỷ chức năng cao để lại trong bảng thông báo tại website của gia đình nhà tôi, tôi mới biết và thực sự hiểu được những người này đang phải có một cuộc sống thường ngày vô cùng vất vả ra sao tại gia đình, trường học, nơi làm việc và trong cộng đồng xã hội. Họ có thể nhanh chóng đọc được ý nghĩa của những thứ được ghi ra bằng chữ, song lại gặp khó khăn để có thể liên tục hiểu ý nghĩa của ngôn ngữ lời nói và cần phải có nhiều nỗ lực mới làm được điều này.

Niki Rinko là một dịch giả bị mắc chứng tự kỷ chức năng cao. Tôi đã được trực tiếp gặp và nghe cô nói chuyện. Niki Rinko kể: “Hồi nhỏ mọi người có nói “chào buổi sáng”, bố mẹ tôi có bảo tôi: “Con cũng chào như vậy đi”, nhưng tôi không biết phải làm như thế nào. Lý do là bởi vì mọi người nói “chào buổi sáng”, nhưng tôi nghe mọi người phát âm không giống nhau. Mỗi người một giọng nên tôi nghe các âm khác nhau. Đúng là mỗi người nói mỗi khác nên tôi chẳng bao giờ có ý nghĩ là mọi người đang nói cùng một âm cả. Hồi bé tôi như vậy đấy. Mãi sau này lớn lên tôi mới biết là mọi người đang nói cùng một âm.”

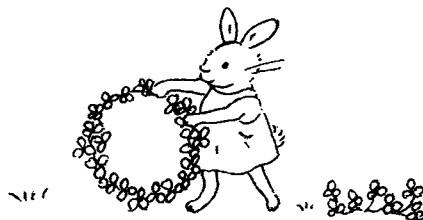
Thêm nữa, còn có một phụ nữ mắc hội chứng Asperger có viết lên bảng tin trong website của gia đình tôi như sau: “Tôi là một bà mẹ tự kỷ đang nuôi một đứa con cũng mắc chứng tự kỷ. Chúng tôi đang phải sống như những người thừa không có ích gì trong khi chúng tôi vẫn được những người khác coi như chúng tôi biết thích ứng với xã hội.”

Và rồi bà mẹ ấy tiếp tục viết: “Cũng vì người ta thấy chúng tôi không có vấn đề về trí tuệ và có năng lực ngôn ngữ tốt nên họ không hiểu được chúng tôi đã phải vất vả đến nhường nào. Người ta thường nghĩ những người không có gì để nói sẽ vất vả hơn chúng tôi nhiều song điều đấy là hoàn toàn sai. Nếu họ không có từ ngữ gì để nói thì họ sẽ nhớ ra mọi thứ dễ dàng hơn chúng tôi. Nếu là người bình thường người ta sẽ thấy dễ dàng hiểu được những điều người khác đang nói với mình hơn là việc mình phải nói ra điều gì. Nhưng trong trường hợp của tôi khi tôi đã nói chuyện được rồi tôi lại phải tặc mìn trong nhiều thứ ngôn từ của những người xung quanh. Mà như thế còn khổ hơn gấp bội.”

Bình thường người phụ nữ này vẫn đi làm ở công ty và nói chuyện hết sức tự do thoải mái khiến cho những người xung quanh không biết cô là người tự kỷ. Vậy mà cô phải viết những dòng như vậy lên website nhà tôi đủ thấy cô đã phải rất vất vả để hiểu được những lời mà người khác nói với cô như thế nào.

Với hầu hết mọi người, việc phải nói mới là điều khó khăn chứ nghe và hiểu những lời người khác nói lại khá đơn giản. Tuy nhiên những người tự kỷ lại rất khó khăn để có thể hiểu được những gì người khác nói. Những chuyên gia trên khắp thế giới nghiên cứu về chứng tự kỷ đã bỏ ra hơn nửa thế kỷ để tìm hiểu xem tại sao những con người này lại không thể hiểu được ngôn ngữ lời nói. Kết cục họ cũng không hiểu được tại sao, chỉ cho đến 10 năm gần đây.

Có một người bị mắc chứng tự kỷ chức năng cao đã nói: “Ngôn ngữ lời nói là thứ chúng tôi không thể xác nhận được bằng mắt nên chúng tôi thấy khó mà hiểu được”. Về lý do tại sao lại khó như vậy người này có nói: “Khi chúng tôi muốn hiểu được ngôn ngữ lời nói trước hết chúng tôi phải đọc được ý nghĩa của các từ ngữ đối phương nói cho mình nghe, sau đó trong một thời gian nhất định phải ghi nhớ những nội dung mà chúng tôi vừa hiểu được. Tiếp đó chúng tôi lại phải phân loại ý nghĩa của các lời nói này. Tuy nhiên, não của chúng tôi không thể nhanh chóng tự động làm các thao tác của quá trình như vậy được. Hơn thế trong suốt quá trình này (nghe và hiểu câu chuyện của người nói và ghi nhớ chúng) chúng tôi còn phải chuẩn bị xem mình cần phải trả lời những vấn đề trong câu chuyện ấy ra sao nữa.



Như vậy việc giao tiếp với người khác bằng ngôn ngữ lời nói phải sử dụng rất nhiều nơron thần kinh. Chính vì thế nếu như có thể giải quyết việc gì bằng email những người bị tự kỷ thấy không có gì sung sướng bằng.

Nếu những người xung quanh không hiểu được đặc điểm của chứng tự kỷ chức năng cao hay hội chứng rối loạn tự kỷ (hội chứng Asperger) để tiếp cận gần với họ thì những con người này sẽ cảm giác không được thích ứng và phải khổ sở với cuộc sống hàng ngày kể cả khi họ có chức năng tốt đến mấy hoặc dù trông có vẻ nói chuyện tự do thoải mái đến thế nào đi chăng nữa.

Ví dụ như bây giờ tất cả mọi người đang nghe tôi nói về câu chuyện này mọi người đều hiểu và ghi nhớ được những điều tôi vừa nói. Tuy nhiên những người bị mắc hội chứng tự kỷ chức năng cao nghe câu chuyện của tôi và đúng lúc họ nghĩ là mình hiểu nội dung câu chuyện cũng là lúc những lời nói của tôi lần lượt biến mất và nó không đọng lại trong ký ức của những người này. Vậy nên những người này rất ghét khi người nói chuyện với mình định chuyển tải thông điệp gì đó qua ngôn ngữ lời nói.

Hơn nữa, cũng có nhiều người trong số họ không thích phải ở cùng những người nói nhiều. Thậm chí còn có người kể rằng: “Người ta cảm thấy phát bực lên với tôi bởi tôi cứ độc chiếm nói một mình. Tuy nhiên nếu phải nghe câu chuyện dài lê thê của người khác tôi cảm thấy vô cùng mệt mỏi. Và để dừng câu chuyện của người ta tôi chẳng còn cách nào khác là phải nói suốt mà thôi.”

Hiểu theo từng thông tin riêng biệt

Những người mắc chứng rối loạn tự kỷ rất giỏi trong việc hiểu những điều họ nhìn thấy được cụ thể hóa cá biệt hóa và mang tính quy tắc. Thế nhưng họ lại là những người gặp nhiều khó khăn trong việc nắm được khái niệm những việc cần đến sự phán đoán và suy luận, những biểu trưng, những điều trừu tượng, những ẩn dụ, những thứ cần phải có tính tương tượng.

“Beautiful” là một từ mà những người nói tiếng Anh thường hay sử dụng. Tuy nhiên bà Donna Williams – một người bị tự kỷ chức năng cao mà tôi đã giới thiệu ở phần trước – nói rằng hiện giờ từ này đối với bà vẫn rất khó: “Tôi vẫn còn nhớ như in thời điểm lần đầu tiên tôi nghe được từ này. Một người ngắm cảnh hoàng hôn trên bờ biển đã thốt lên từ đó. Khi ấy tôi nghĩ “beautiful” là để chỉ những tình trạng khi ngắm những cảnh sắc tương tự như thế.”



Những người mắc chứng tự kỷ sẽ chỉ hiểu ý nghĩa của mỗi từ bằng một ý nghĩa theo quan hệ 1:1 mà thôi. Nếu nói cụ thể hơn, người tự kỷ chỉ có thể hiểu được ý nghĩa của từ “beautiful” là một buổi chiều với mặt trời đỏ ối.

Donna kể tiếp: “Sau đó, một lần khác tôi lại ở trong một hoàn cảnh khác với một người khác và khi đó người ta gọi cảnh những rặng núi xanh thẳm là “beautiful”. Khi đó tôi thấy hoang mang. Tôi tự hỏi tại sao người ta cũng gọi cảnh này là “beautiful?”. Khi một người bình thường gọi cả cảnh mặt trời đỏ ối lúc chiều tà và cảnh những rặng núi xanh ngắt là “beautiful” như thế, hẳn ai cũng có thể đoán ra điểm chung giữa hai khung cảnh ấy.

Thêm nữa, bà Donna cũng nói: “Khi tôi đi học, sau kỳ thi của trường, thầy giáo có gọi tên từng học sinh và trả bài làm cho từng người một. Khi trả bài thi, thầy giáo có khen một học sinh làm bài rất xuất sắc với từ “beautiful.” Khi đó tôi lại càng thấy ngỡ ngàng. Người ta dùng từ này để tả cảnh chiều tà với hình ảnh mặt trời đỏ ối, hình ảnh rặng núi xanh ngắt và việc làm bài thi xuất sắc. Tôi thấy bối rối vì không hiểu điểm chung của những điều này là gì?

Tôi hoàn toàn không thể hiểu nổi khi nào tôi có thể sử dụng từ “beautiful” cho hợp lý.”

Khi tuyển thủ Matsui – lúc đó đang thi đấu cho đội Yankees – đánh được một cú homerun, phát thanh viên liên tục nhắc đi nhắc lại từ “beautiful, beautiful”. Giá mà bà Donna nghe được từ này ở hoàn cảnh đó, hẳn bà sẽ thấy bối rối thêm một lần nữa mất. Những người tự kỷ không hiểu được vì sao vào những cảnh huống và tình trạng không có vẻ gì là giống nhau mà người ta vẫn sử dụng chung một từ “beautiful” như thế được.

Khi một người bình thường cảm thấy cái gì đó thật tuyệt vời hoặc thấy cảm động về điều gì, người ta có thể đánh giá nó bằng từ “beautiful”. Ngay cả trong những tình huống hoặc điều kiện hoàn toàn khác nhau, người ta bắt đầu biết khéo léo sử dụng từ “beautiful”. Tuy nhiên những người mắc bệnh tự kỷ chỉ có thể lý giải mỗi từ với chỉ một nét nghĩa mà thôi. Đây chính là một đặc trưng lớn của người tự kỷ. Những người bị bệnh tự kỷ này sẽ cảm thấy bối rối khó khăn khi bị rơi vào thế giới ẩn dụ hoặc trừu tượng.

Không thể lý giải được ý nghĩa thời gian và không gian

Những người mắc chứng rối loạn phổ tự kỷ (ASD) là những người nắm bắt được ý nghĩa và khái niệm bằng thị giác rất cụ thể và

riêng biệt. Chính vì thế, họ có khả năng nhớ y nguyên những gì mình thấy tốt hơn người bình thường. Tuy nhiên, họ lại rất chật vật trong việc gán ý nghĩa cũng như lý giải cho những thứ họ không nhìn thấy được và những thứ không cụ thể. Chính vì thế cũng giống như những khó khăn khi lý giải ngôn ngữ giao tiếp, những người mắc chứng bệnh này rất khó khăn trong việc hiểu được ý niệm của thời gian và không gian.

Lorna Wing, một học giả về tự kỷ rất nổi tiếng của Anh, là người đã đề xuất ra tên gọi *hội chứng rối loạn tự kỷ (hội chứng Asperger)*, có một cô con gái bị bệnh tự kỷ rất nặng. Bên cạnh nghiên cứu và thực tiễn lâm sàng về bệnh tự kỷ, bà là người đóng góp rất lớn cho sự phát triển của Hiệp hội tự kỷ nước Anh (hội cha mẹ trẻ tự kỷ) và được cả thế giới biết đến như “người mẹ của các bệnh nhân tự kỷ” theo đúng nghĩa đen.

Trong các tác phẩm của mình, bà Lorna Wing có viết như sau: “Người mắc bệnh tự kỷ không nhận thức được những trải nghiệm trong quá khứ và hiện tại nên họ gặp rất nhiều khó khăn trong việc lý giải về thời gian và không gian”. Nghĩa là, người bị mắc bệnh tự kỷ sẽ không hiểu được ý niệm của thời gian và không gian như người bình thường chúng ta vẫn tư duy. Họ cũng không biết đặt vị trí bản thân mình trong thời gian và không gian.

Bệnh tự kỷ và bệnh sa sút trí tuệ hoàn toàn khác nhau. Tuy nhiên, nếu xét về đặc điểm bệnh nhân bị mất ý niệm về thời gian và không gian, hai bệnh này lại có điểm tương đồng. Khi xem xét việc mất đi ý niệm về thời gian và không gian diễn ra như thế nào, ta hãy thử xét các trường hợp sa sút trí tuệ. Ở giai đoạn đầu khi mắc bệnh sa sút trí tuệ mất ý niệm về không gian, người bệnh bắt đầu bị lạc đường. Ông già nọ vẫn hay đi dạo ở con đường ấy là thế nay bỗng dưng bị lạc không biết đường về ra sao và phải nhờ người khác đưa về hộ. Mọi người trong nhà sẽ thấy lạ vì từ trước đến nay chưa xảy ra điều này bao giờ. Mọi người nhắc ông nhớ chú ý đi đường cẩn thận rồi tiễn ông đi dạo. Thế rồi đâu lại vào đấy, ông lại bị lạc và người ta lại phải đưa ông về nhà. Vẫn cung đường quen thuộc ấy nhưng ông già đã bị mất ý thức về ý nghĩa không gian tự khi nào không hay.

Rồi đến lúc nào đó, người bệnh bắt đầu mất đi ý thức về thời gian. Người bệnh bắt đầu không nhớ được hôm nay là ngày mấy tháng mấy, không biết mình bao nhiêu tuổi. Hơn thế nữa, khi người ta vừa mới thu dọn bữa ăn xong, người bệnh bắt đầu nói “Nào, chuẩn bị cho tôi ăn đi thôi”. Từ lúc này người bệnh đã bắt đầu mất hết ý thức về thời gian. Sau đó người bệnh bắt đầu mất ý thức về con người không nhận ra những người trong gia đình



mình nữa và bắt đầu hỏi họ: “Anh/chị là ai thế”. Những người bị mất hết ý niệm về không gian, thời gian và con người như thế này gọi là người “khuyết tật mất định hướng”. Những người bị bệnh sa sút trí tuệ sẽ bị mất dần đi ý thức về ý niệm của những thứ mà bản thân họ đã từng biết, đã từng học được.

Chắc chắn tình trạng mất ý niệm về không gian và thời gian như thế này của bệnh tự kỷ và bệnh sa sút trí tuệ không hoàn toàn giống nhau về bản chất song chúng lại có phần khá giống nhau. Trong khi người mắc bệnh sa sút trí tuệ bị mất đi ý niệm về thời gian và không gian mà họ từng biết trước đây thì những người bị bệnh tự kỷ ngay từ đầu đã có cách nhận thức ý niệm về thời gian và không gian khác với chúng ta. Những người bị bệnh tự kỷ phải chật vật lắm để có thể nắm bắt được ý niệm thời gian và không gian.

Những đứa trẻ tự kỷ “mãi không thể phân biệt được ranh giới của hành lang và lớp học mỗi khi họ đến trường”. Trong những trường hợp tệ hơn, đôi khi họ cũng không phân biệt nổi ranh giới phân biệt giữa khu lớp học và sân vận động. Thậm chí họ cũng

không phân biệt được ranh giới giữa sân vận động với đường phố bên ngoài sân vận động.

Chúng ta thường nói: “Đứa trẻ ấy hay đi lang thang trong lớp rồi ra cả hành lang”. Trẻ tự kỷ có nhiều biểu hiện như vậy. Trẻ bị bệnh tự kỷ không phân biệt được ý nghĩa của không gian nên cũng không hiểu được sự khác nhau giữa lớp học, hành lang và chỉ biết hoạt động mà thôi. Nếu như trẻ tự kỷ không được người ta dạy cho hiểu về ý nghĩa rằng phải làm việc này ở chỗ này, làm việc kia ở chỗ kia một cách cụ thể và được đưa thành thói quen thì trẻ rất khó có thể hiểu được ý nghĩa không gian.

Trong số những trẻ tự kỷ, có những trẻ không thể hiểu được ý nghĩa của một nơi chốn cụ thể nếu như người ta sử dụng không gian ấy để thực hiện nhiều hành động khác nhau. Khi đó trẻ sẽ bị lẫn lộn và không hiểu gì cả. Vừa mới đây thôi bọn trẻ được tự do chơi bởi bay nhảy ở đây xong, ấy thế mà bây giờ người ta lại bảo đây là giờ học và bắt mọi người phải ngồi vào ghế ngay ngắn. Kể cả người ta có nói như vậy đi chăng nữa thì trẻ tự kỷ sẽ không thể hiểu tại sao đám trẻ này lại bị bắt ngồi như vậy. Chính vì thế mà trẻ tự kỷ lại lập tức đứng dậy chạy nhảy như trước.

Bởi thế nếu như ta dạy trẻ tự kỷ ý nghĩa của mỗi một không gian sống nhất định rằng góc này là góc để thay quần áo, chỗ này

các con có thể chơi tự do v.v.. thì trẻ tự kỷ mới dần dần có thể hiểu được ý nghĩa của một khu không gian riêng biệt và trẻ bắt đầu bình tĩnh hơn. Giả dụ như nếu đó là góc để thay quần áo ta dán bức ảnh, bức tranh vẽ hình chiếc áo sơ mi ở đó để trẻ có thể nhận ra thì còn tốt hơn nhiều. Chỉ riêng việc trẻ bị tự kỷ có thể đến được nơi có dán bức tranh ấy, chúng sẽ thấy an tâm biết bao.

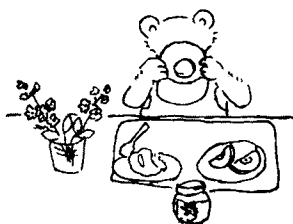
Trong gia đình, nhà trẻ, trường mầm non hay trường học tốt nhất là các bạn cho những trẻ bị tự kỷ sử dụng một không gian cho một mục đích riêng rẽ. Tuy nhiên thật khó mà thực hiện được điều này. Ngay cả khi bạn không thể thực hiện được điều này, bạn hãy tạo ra các ranh giới của mỗi địa điểm bằng cách trải một tấm thảm hoặc dựng tấm bình phong hoặc dùng đồ đạc trong nhà để ngăn các khu với nhau giúp trẻ dễ nhận ra. Sau đó bạn hãy hướng dẫn cho trẻ hiểu ý nghĩa của từng khu vực như khu này dành cho việc học tập, từ đây trở ra kia là chỗ con có thể chơi đùa v.v.. Nếu ta có thể gắn kết giữa nơi chốn và mục đích hoạt động của nó theo hình thức 1:1 và làm sao để trẻ có thể nhận ra nơi đó một cách nhanh chóng thì trẻ tự kỷ có thể có được những phản ứng thích nghi một cách ổn định.

Trẻ con bình thường hiểu rất rõ ràng khái niệm thời gian nên chúng thấy hoàn toàn bình thường khi có nhiều hoạt động theo

đơn vị thời gian diễn ra ở cùng một địa điểm như bây giờ là giờ học bài, bây giờ là giờ chơi nhé, còn bây giờ sẽ là giờ ăn. Trẻ em bình thường có khái niệm bắt đầu và kết thúc nên dẫu chúng có muốn hoạt động thêm chút nữa thì chúng vẫn hiểu vấn đề, chấp nhận nó và có thể chuyển sang các hoạt động khác.

Tuy nhiên những đứa trẻ tự kỷ rất khó làm được những việc như thế. Với trẻ tự kỷ, chúng không có khái niệm bắt đầu và kết thúc. Chính vì thế, chúng không thể hiểu được chuyện cùng ở địa điểm ấy người ta nói một hoạt động kết thúc và phải chuyển sang một hoạt động khác. Để kết thúc một hoạt động mà chúng vẫn làm từ trước đến giờ sang một hoạt động khác, người ta cần phải thay đổi nơi chốn và nhắc trẻ bây giờ ở đây chúng phải làm việc này việc kia. Nếu ta chỉ đơn thuần nói với trẻ rằng “kết thúc rồi” là chúng sẽ có cảm giác như bị cấm đoán và sẽ không hiểu chuyện gì đang xảy ra.

Các giáo viên của trường đại học giáo dục Hokkaido có một phương pháp giáo dục trẻ tự kỷ rất hay. Khi đang học bài trên lớp bỗng có tiếng chuông reo báo có nghĩa là đã đến giờ ăn. Đúng ra, tuyệt vời nhất là người ta phải chuẩn bị nhà ăn để dẫn bọn trẻ đến ăn. Vì ở đây không có nhà ăn nên người ta quyết định cho trẻ ăn ngay trên bàn học của lớp học. Khi ấy, các thầy cô cần phải dạy



cho trẻ một cách rõ ràng rằng, bây giờ chỗ này sẽ không phải thì
nơi để các con học nữa mà là nơi để cho các con ăn trưa nhé.

Thế rồi các thầy cô giáo cho trải những tấm trải bàn ăn nhỏ
cho riêng từng người lên mặt bàn và dạy cho trẻ tự kỷ rằng hễ khi
có tấm khăn trải này có nghĩa lớp học khi đó sẽ biến thành nhà ăn.
Khi thu dọn các tấm khăn trải bàn ăn này là nơi đây sẽ trở thành
nơi các con được chơi hoặc học tập tùy theo từng mục đích mà các
thầy cô giáo sẽ bảo cho các con biết. Cứ thế, việc ý nghĩa-không
gian thay đổi theo thời gian không phải được diễn thuyết bằng lời
mà được dạy bằng trực quan hết sức cụ thể tạo thành một thói
quen. Qua đó kể cả khi một không gian nhất định được sử dụng ở
một mục đích khác cũng không làm cho các học sinh bị lúng túng
và mất phương hướng. Đây chính là một minh chứng cụ thể trong
thực tiễn.

Không những không hiểu ý niệm về không gian, những người
mắc bệnh tự kỷ còn không hiểu được cả ý niệm thời gian. Những
trẻ tự kỷ trong độ tuổi mầm non, thời gian là thứ chúng không thể
nhìn thấy được nên hầu hết chúng không có ý niệm gì về thời gian

cả. Chính vì thế có nói với những đứa trẻ này *Bây giờ là giờ nghỉ* hay *Bây giờ là giờ học* thì chúng khó có thể lý giải được điều ấy.

Bên cạnh đó, những đứa trẻ này dù là ở nhà, ở trường mầm non hay trường học đi chăng nữa, nếu ta không báo trước cho chúng về những dự định hay kế hoạch hàng ngày thì chúng sẽ không thể sống trong trạng thái ổn định trong một ngày được. Nếu có những sự việc khác với bình thường hay xảy ra những điều chúng không ngờ đến, nhiều trẻ sẽ cảm thấy bất an. Vậy nên bọn trẻ thường cố thực hiện những điều chúng đã quen hàng ngày và những hoạt động đã đi vào quy củ để giúp tinh thần của chúng được ổn định.

Chỉ có điều, những đứa trẻ tự kỷ khi lớn lên đến những năm cuối của bậc tiểu học hoặc đến tuổi học trung học cơ sở, chúng có thể tập luyện để có được ý niệm về thời gian gần tương đương với chúng ta. Và chúng phải hết sức nỗ lực để có thể khiến đơn vị thời gian không nhìn thấy bằng mắt thường kia được hiện hữu một cách trực quan. Tôi đã từng chứng kiến ở nhiều nơi có một số thiếu niên đi đâu cũng mang theo lịch phát sóng ti vi được in trên báo. Sau nhiều cố gắng và nỗ lực, những đứa trẻ này đã tìm ra phương pháp này và thấy quen với chúng.

Những thiếu niên đi đâu cũng mang theo lịch phát sóng ti vi đến bất cứ nơi nào có ti vi có thể bật lên để xác nhận chương trình

hiện đang phát sóng là chương trình gì. Sau đó, chúng sẽ tìm xem chương trình đó trong lịch phát sóng nằm ở đâu: nếu ở phía trên có nghĩa giờ đang là buổi sáng, nếu ở giữa cột in nghĩa là bây giờ đang buổi trưa. Chương trình này càng xuất hiện ở phía dưới nghĩa là thời gian đã trôi qua khá lâu rồi. So với những ý niệm thời gian của chúng ta, ý niệm về thời gian của họ gần giống như những chiếc đồng hồ cát mà thôi.

Thế rồi, như thể đã quy ước với nhau các thiếu niên này đều xem chương trình giáo dục của đài truyền hình NHK. Quả là điều thông minh. Các thiếu niên tự kỷ chức năng cao đang cố gắng biến cái không nhìn thấy được thành cái có thể nhìn thấy được hoặc cố gắng để tạo nên điều ấy. Các bạn có nghĩ đó là những nỗ lực phải đong bằng nước mắt không?

Ngay cả ở trường, ở nơi làm việc hay ở nhà, những người ở gần người tự kỷ cần phải chuẩn bị cho họ những lịch làm việc hàng ngày tùy theo năng lực của từng người. Nhiều người tự kỷ dễ nắm được ý nghĩa và khái niệm các thông tin cụ thể hơn nên ta cần thông báo các lịch hoạt động bằng chữ để có thể xác nhận bằng mắt hơn là truyền tải chúng bằng lời nói. Nếu là những người không thể hiểu được chữ viết thì ta phải sử dụng ảnh hoặc tranh hay dày công để kết hợp chúng với các chữ viết để giúp chỉ cho người tự kỷ hiểu được sự thay đổi thời gian trên lịch biểu, giúp họ

hiểu được cụ thể giờ nào học gì hoặc làm gì, qua đó họ có thể có được những hành động ứng xử thích hợp với thời gian và không gian một cách ổn định.

Như thế, tôi cho rằng những người tự kỷ và chúng ta cần phải nỗ lực để cùng nhau lấp đầy những khoảng cách về khái niệm và ý nghĩa văn hóa – thứ mà chúng ta đang cùng tiếp nhận và cùng hướng tới một sự cộng sinh đa dạng.

Có thể làm tốt những việc được quy định sẵn

Có một phụ nữ người Thụy Điển bị mắc chứng tự kỷ chức năng cao tên là Gunilla Gerland rất nổi tiếng với tác phẩm *A Real Person* đã được dịch ra tiếng Nhật với tựa đề *Luôn khao khát được là một người bình thường*. Bà đã viết về thời thơ ấu của mình như sau: “Người tự kỷ như tôi dần dần phát hiện ra mình có những điểm khác khác so với người bình thường. Sau khi biết mình có những điểm khác biệt đó, tôi mong muốn được tìm hiểu về thế giới của mọi người bình thường nên đã hết sức cố gắng. Để có thể hiểu được thế giới của người bình thường, tôi nghĩ mình cần phải xây dựng một thứ lý lẽ riêng. Nếu không đối chiếu với những lý lẽ của bản thân mình tôi sẽ không thể hiểu được thế giới của người bình thường. Chính vì thế tôi luôn đi tìm lý lẽ của mình.

Trước đây chị gái Kirsten hơn tôi ba tuổi luôn ở bên cạnh tôi. Bỗng nhiên chị gái tôi biến mất vào các buổi trưa. Tôi không hiểu sao chị lại biến mất như vậy. Tôi muốn hiểu lý do tại sao nên đã phải nghĩ ra rất nhiều thứ lý lẽ biện minh cho điều đó.

Có lần, khi ngồi ở phòng khách tôi nhìn được mọi thứ trong phòng khách theo một hình ảnh liên tục. Ánh mặt trời xuyên qua rèm rơi vào trong căn phòng. Đột nhiên tôi nhìn ngược lại thấy có chiếc gạt tàn trên bàn và bên cạnh chiếc gạt tàn là một tờ báo. Khi tôi có thể xác nhận tất cả mọi trạng thái của phòng khách theo một chuỗi xuyên suốt như vậy bằng chính mắt mình và thế là tôi thấy chị Kirsten đi học về. Khi ấy tôi đã tự nhủ, để chị Kirsten từ trường về nhà những ngày tiếp sau, cảnh tượng của phòng khách cũng phải giống như vừa rồi mới được.

Ngày hôm sau tôi đã phải sắp xếp để phòng khách giống hệt như ngày hôm trước nhưng không thấy chị Kirsten về. Tôi thấy đau lòng lắm. Trong lòng tôi dấy lên việc mình lại phải bắt đầu kiểm tìm những lý lẽ cho thời điểm chị Kirsten đi học về.” Tuy nói họ là những người sở hữu trí tuệ đặc biệt có chức năng cao song những câu chuyện kể trên đã khắc họa rất rõ cuộc sống khốn khổ của những người tự kỷ.

Những người bị tự kỷ đôi khi thể hiện sự bảo thủ và ngoan cố đối với một vị trí của cuốn lịch đặt trên bàn hay được treo trên

tường. Trong trường hợp phải đi đâu đó, họ sẽ vô cùng tức giận nếu người ta không đi theo cung đường quen thuộc họ vẫn đi. Những con người này rất kém trong việc phải sống sót khi phải nhờ cậy vào những thứ mà họ không nhìn được bằng mắt. Đặc biệt điều này thể hiện rõ khi họ còn nhỏ. Với người tự kỷ không phải dạng chức năng cao thì xu hướng này còn thể hiện mạnh hơn.

Chính vì thế, họ quyết định chọn cách sống theo gợi ý từ những thứ họ có thể nhìn thấy được. Họ vô cùng yêu thích cuộc sống có hình thành các thói quen hay có những việc phải làm hàng ngày được định sẵn, hoặc cuộc sống có những dự định rõ ràng kiểu như vậy. Những điều ấy được gọi là khuôn mẫu hóa, nên xét ở khía cạnh này, những người tự kỷ là những người thích cuộc sống được dập khuôn. Một khi những người này bị cuộc sống dập khuôn thái quá thì cuộc sống hàng ngày của họ không có tính phát triển. Chính vì thế, việc từng bước mở rộng nội dung những thói quen và những công việc hàng ngày phải làm sẽ rất quan trọng. Tuy nhiên, thế nào đi chăng nữa, điều cơ bản là chúng ta phải coi trọng thói quen và những việc cần phải làm hàng ngày. Trừ trường hợp không thể được, ta cố gắng tránh đến mức tối đa việc phá vỡ các thói quen kể trên. Thay vào đó chúng ta cần cố gắng từng bước mở rộng chủng loại và nội dung các thói quen cũng như nội dung những việc cần làm.

Nếu là những thói quen hay những công việc cần phải thực hiện trong ngày, trẻ tự kỷ có thể thực hiện tốt được những điều ấy. Chúng có thể nhớ một cách chính xác rằng vào ngày thứ Tư trong tuần chúng phải phân loại rác gì, phải đem đi đổ ở đâu. Trong một thùng mực nào đó, mọi người trong gia đình phân loại rác sẵn, sau đó trẻ tự kỷ có thể mang rác đi đổ rất chần chu trước khi đến trường. Khi ngày đổ rác thay đổi, trẻ tự kỷ sẽ rất lúng túng, chúng lại phải học một thói quen mới để có thể làm được việc.

Khi những đứa trẻ này lớn hơn chút nữa, chúng có thể chơi tự do hơn trong nhà và giúp đỡ mọi người. Chúng ta có thể nhìn và tự phán đoán rằng đứa trẻ này đang chơi, hay đứa trẻ này đang giúp đỡ người lớn. Ấy thế nhưng bản thân đứa trẻ lại hầu như không phân biệt khái niệm giúp đỡ công việc hay tự do chơi đùa. Chỉ có điều nếu chúng ta dạy trẻ càng nhiều, trẻ càng có thể làm được nhiều thứ. Ví dụ nếu ta dạy cho đứa trẻ tự kỷ học lớp 3 hay lớp 4 có thể một mình quản lý nước tắm cho gia đình từ việc cọ bồn tắm, xả nước chảy đi, nút bồn tắm lại trữ nước đầy bồn tắm, bật chế độ nước tự động cho đến việc đôi khi ra khuấy nước nóng xem nước được bao nhiêu độ rồi để tắt chế độ làm nóng nước v.v...

Nếu có một đứa trẻ có thể làm được những việc như thế, mọi người sẽ nghĩ nó đang giúp đỡ người lớn hoặc là một đứa trẻ được việc. Tuy nhiên chúng ta không thể biết được bản thân đứa trẻ đó



có tâm trạng và cảm xúc như vậy hay không. Tôi xin chia sẻ với các bạn một câu chuyện mà tôi đã nghe được từ một bà mẹ nọ kể về việc một đứa trẻ được giao việc quản lý bồn tắm trong số nhiệm vụ hàng ngày của bé.

Một hôm khi đứa trẻ đi dã ngoại, bà mẹ bèn tự mình chuẩn bị bồn tắm giúp cho con và đợi con về. Phần bà mẹ thương con đi dã ngoại về mà phải chuẩn bị bồn tắm vất vả. Phần vì bà muốn con mình về được đi tắm ngay nên mới làm như vậy. Tuy nhiên, khi đứa trẻ đi chơi dã ngoại về nó đã vô cùng bức tức và thấy bức xúc về việc này. Đó là bởi đứa trẻ ấy trở về với mong muốn được làm công việc hàng ngày của mình là cọ rửa bồn tắm và đun nước bồn tắm. Từ phương diện của đứa trẻ này đó là cảm giác thích thú khi được vẩy nước. Việc cha mẹ tự ý làm những điều mà trẻ muốn làm sẽ khiến trẻ có cảm giác như mình không được làm hay bị cấm làm việc như vậy. Thế là đứa trẻ tháo hết nước đã đun trong bồn ra và làm lại từ đầu. Nếu không làm như thế thì đứa trẻ ấy không chấp nhận.

Những đứa trẻ tự kỷ sống cuộc sống như thế đấy. Vào những lúc như vậy chúng ta chỉ cố gắng giải quyết những thứ mà ta nghĩ

là vô nghĩa hay những ngoan cố bệnh hoạn của trẻ. Và chúng ta lại có thái độ không chịu lý giải và không quan tâm đến trẻ. Với những đứa trẻ đó, mọi thứ đều có ý nghĩa. Vậy nên trong chừng mực có thể, chúng ta hãy cố gắng chấp nhận những hành vi ấy, đồng thời nỗ lực hợp tác không ngừng truyền đạt những nguyện vọng của chúng ta tới trẻ. Nào, giờ mọi người hãy thật sự quan tâm đến những con người mắc chứng tự kỷ.

Phạm vi quan sát bị bó hẹp

Người ta vẫn thường nói những người mắc hội chứng rối loạn tự kỷ (hội chứng Asperger) có xu hướng tập trung vào những sở thích và những mối quan tâm hạn hẹp. Tuy đối tượng của nhận thức khá hạn hẹp song thay vào đó họ lại có xu hướng thể hiện mối quan tâm mạnh mẽ. Vì thế khi trưởng thành chắc chắn không ít người trong số họ sẽ trở thành những con người kiệt xuất trong lĩnh vực nào đó hoặc có thể phát huy tính chuyên môn cao trong một số lĩnh vực đặc biệt. Họ khá bảo thủ với những vấn đề cụ thể và chi tiết trong khi không thể nhìn nhận tổng thể sự việc. Họ không thể cùng lúc nắm bắt được cái nhìn tổng hợp. Đó chính là những nét đặc trưng của những người mắc hội chứng rối loạn tự kỷ (hội chứng Asperger).

Van Dalen một người Hà Lan bị mắc chứng tự kỷ chức năng cao, nói về sự bảo thủ đối với những chi tiết nhỏ nhặt cũng như việc không thể nhìn mọi thứ một cách tổng thể như sau: “Tôi nhận ra rằng cách nhận thức vấn đề của mình khác với những người bình thường. Thoạt tiên khi người ta đưa cái búa ra tôi không hiểu đó là cái búa. Bởi lẽ bản thân tôi không nhìn nhận mọi thứ từ tổng thể mà luôn suy nghĩ từ từng chi tiết. Trước hết chúng tôi sẽ để mắt tới thỏi sắt dài. Tiếp sau đó chúng tôi sẽ nhận ra có một cán gỗ cắm vào thỏi sắt. Sau những nhận thức trên mới đến chuyện chúng tôi nhận thức được đó là một vật thể gồm một thỏi sắt gắn với một cán gỗ và hiểu được hình dáng tổng hợp của chiếc búa. Và chúng tôi lần được đến tên của vật thể đó là chiếc búa là công đoạn đến sau tất cả những bước nhận thức trên. Trong quá trình tổng hợp như vậy, mỗi một công đoạn đều đòi hỏi bản thân phải nỗ lực. Đối với tôi, việc nhận thức một thứ gì đó lúc nào cũng như thế, luôn phải sắp xếp các ý nghĩ theo một chuỗi rõ ràng. Thực ra những việc như thế này không cần phải nỗ lực một cách có ý thức mà cần phải được diễn ra một cách tự động cực nhanh. Khi nhận thức bất cứ thứ gì tôi luôn chú ý đến các chi tiết chứ không phải tổng thể. Điều này chẳng thể nào khác được bởi đó là tính chất của bệnh tự kỷ.



Khi ai đó cho tôi nhìn người ta cầm búa để đóng một cái đinh, tôi sẽ hiểu cái búa được dùng trong hoàn cảnh đó. Tuy nhiên sau đó nếu ai đó lại đưa cho tôi xem cái búa, tôi sẽ không thể hiểu ngay được. Nếu như thỏi sắt và cán gỗ kia khác đi, tôi sẽ lại nhìn nó như một vật khác biệt.” Không riêng gì đối với vật thể là chiếc búa, khi ông nhận thức mọi thứ xung quanh quá trình như thế này diễn ra rất dài.

Van Dalen có khả năng ghi nhớ và lưu giữ lại chính xác những gì đã thấy hoặc những thứ lọt vào tầm mắt. Tuy nhiên, do phải so sánh từng thứ đã nhìn thấy ứng với mỗi ý nghĩa ngôn ngữ theo tỉ lệ 1:1 nên Van Dalen, dẫu có nhớ được nghĩa của từ cái búa nhưng nếu người ta đưa ra một cái búa khác, ông không thể nhận ra ngay được đó là cái búa. Những người mắc bệnh tự kỷ bị hạn chế tầm nhìn khi họ muốn nhận thức về mọi vật, và sau đó họ mới đi tìm ý nghĩa tổng thể. Khi ai đó hỏi chúng ta xem tháp A ở đâu thì cái mà chúng ta hình dung ra đầu tiên là khái niệm thông thường nhất về ý nghĩa của từ “cái tháp”. Sau đó chúng ta mới bắt đầu nghĩ đến quan hệ 1:1 và riêng biệt để xác định xem tháp A đó nằm ở đâu.

Trình tự tư duy của người bình thường chúng ta với người tự kỷ khác nhau như vậy đấy.

Tôi đã nói với các bạn rằng một trong những đặc tính của người bị bệnh tự kỷ là họ hướng sự quan tâm, nhận thức cũng như ý thức của mình vào những vấn đề hẹp. Người ta gọi đó là “single focus.” Họ lúc nào cũng hướng cách nhìn của mình tới những tầm nhìn hẹp và rất kém trong khoản nhìn bao quát nhiều thứ cùng một lúc. Cũng chính vì lý do này hầu như rất ít người tự kỷ có thể ngắm nhìn cảnh quan trong phạm vi rộng khi họ được đi đến những nơi rộng rãi như các công viên lớn.

Gần 40 năm trước, tôi đã từng làm việc ở ban chuyên về trẻ nhỏ khoa thần kinh thuộc trường Đại học Tokyo. Từ thời ấy tôi đã biết được rằng trẻ em tự kỷ hướng tầm nhìn của mình tới những điểm hẹp nhưng tôi không hiểu lý do tại sao lại như vậy. Tại bệnh viện của trường đại học, tôi có đến tận nhà chăm sóc điều trị cho các bé bị bệnh Down và trẻ tự kỷ. Tôi thường đưa các bé đến các công viên hay các quảng trường lớn. Khi đó, thường thì trẻ bị bệnh Down sẽ chạy ào ra nơi rộng rãi, thấy sung sướng vì được thoải mái, chăm chú xem hết thứ nọ đến thứ kia, ngắm nhìn ra tít xa không gian rộng rãi. Nhưng những đứa trẻ mắc bệnh tự kỷ lại chỉ ngồi một chỗ tập trung nhìn những thứ ở ngay trước mắt mình.

Dẫu có bảo chúng “Các con đã đến được chỗ rộng rãi thoáng đãng thế này rồi, các con hãy đi ngắm cảnh đi nào. Các con hãy chạy xung quanh sân vận động to này xem nào”, trẻ tự kỷ cũng không mấy may tỏ thái độ quan tâm. Khi nhớ lại thời gian đó, tôi lại nhớ đến những đặc tính của những người mắc bệnh tự kỷ.



Các hoạt động chức năng cảm nhận khác với chúng ta

Với người bị khuyết tật như mắt không nhìn được hay tai không nghe được, chúng ta phần nào có thể hiểu được họ, dù không hoàn toàn. Ví dụ như những người không nhìn thấy được sẽ hình dung về môi trường xung quanh họ khác rất nhiều so với môi trường mà chúng ta hình dung. Chính vì thế, để lấp đi sự khác biệt này, chúng ta đã phải làm rất nhiều việc như trải những dải đường mấp mô dành riêng cho người khiếm thị trên đường, hoặc gắn nhạc hoặc tiếng chuông vào đèn tín hiệu tại các nút giao thông. Nhưng chúng ta lại chưa hiểu được sự đau khổ của những người bị hội chứng rối loạn tự kỷ (hội chứng Asperger) khi họ quá nhạy cảm về mặt cảm nhận.

Khi so sánh với người bình thường, các chức năng cảm nhận về âm thanh, ánh sáng, mùi, vị v.v.. của người bị bệnh tự kỷ hoàn toàn khác biệt. Có khi là những cảm nhận quá mẫn cảm nhưng có những lúc lại ở mức độ lơ lửng. Tôi sẽ nói về mức độ cảm nhận của những người tự kỷ có những đặc trưng gì và họ gặp khó khăn trong cuộc sống thường nhật ra sao.

Chức năng cảm nhận của những người mắc bệnh tự kỷ rất khác so với chúng ta. Ngay trong cảm nhận về âm thanh, những

người bị tự kỷ có những điểm vô cùng nhạy cảm nhưng cũng lại có những phần trơ lì. Có những thứ chúng ta sẽ thường phải đặt câu hỏi tại sao họ lại phản ứng quá nhạy cảm và sợ những âm thanh này đến vậy, hoặc tại sao những người này lại không thấy khó chịu với những âm thanh kia được nhỉ.

Mỗi người lại có một cảm nhận khác nhau. Trên thực tế có những trẻ thấy sợ hãi vô cùng với tiếng chó sủa từ xa vọng đến, sợ tiếng gió lùa lá cây hay không thể quen được với tiếng súng hiệu lệnh trong ngày hội thể thao đến mức phải bịt tai vì sợ hãi. Thêm vào đó, tôi cũng đã nghe những câu chuyện kể về một số học sinh cấp ba rất khó chịu với những tiếng nói chuyện riêng của bạn bè nên đã dẫn đến đánh cãi nhau. Hơn thế nữa, khi những người bị tự kỷ thấy căng thẳng, thính lực của họ lại càng mẫn cảm hơn, những câu nói nặng nề âm vang trong đầu họ, thậm chí họ còn thấy khó chịu với cả giọng nói của chính con mình.

Ngược lại, có những lúc họ lại thấy rất bình thường đối với những âm thanh mà chúng ta thấy khó chịu. Thường chúng ta sẽ thấy khó mà chịu được những tiếng kim loại cọ vào nhau xúng xoảng hay tiếng rít của micro hay tiếng nghiền răng của thành viên nào đó trong gia đình. Tuy nhiên người tự kỷ lại thấy những âm thanh ấy là bình thường. Thậm chí họ còn tự mình

nghiến răng hay cố tình tạo ra những tiếng cọt thủng tinh hay kim loại khiến người ta phải lạnh sống lưng.

Không riêng gì kích thích âm thanh, cũng có người đau khổ vì bị mẫn cảm với ánh sáng. Donna Williams khổ sở vì mình thấy nhiều thứ quá. Cũng chính vì lý do này nên nếu bà đi chợ tại những nơi bày nhiều hàng hóa như siêu thị thì mắt bà thấy chói rất khó để có thể tìm được vật cần tìm. Vì thế bà luôn phải đeo một cặp kính mát màu nhẹ – bà viết trong cuốn sách của mình như vậy.

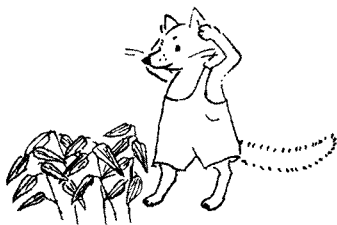
Cảm nhận về cái nóng và cái lạnh hay tiếp xúc da của người bị tự kỷ cũng khác với chúng ta. Đương nhiên là không ai giống ai song nhìn chung những người bị tự kỷ này giỏi chịu lạnh và chịu đau tốt. Mùa đông, họ mặc áo phong phanh nhưng vẫn không thấy rét. Dầu họ có bị ngã hay bị va đập xước xát bị thương nhưng họ cảm thấy không đau lắm. Chắc có lẽ cảm giác lạnh, cảm giác đau của họ không nhạy cảm lắm. Tuy nhiên, có người lại thấy nhột mỗi khi bị sờ vào người, hoặc họ cảm thấy khó chịu khi phải mặc thứ đồ lót sờn cũ. Nếu đang mặc áo cộc tay mà gặp phải mưa, có những người lại cảm thấy đau đớn khi có những hạt mưa rơi vào người. Có thể xúc giác của những người này mẫn cảm hơn chúng ta rất nhiều.

Cụ thể hơn, có những đứa trẻ không thích được bế ẵm. Thật khó bế những đứa bé mà bản thân chúng không vui khi được bế ẵm. Những đứa trẻ thông thường thích được ôm và được bế nên chúng sẽ có những bộ dạng dễ cho người khác bế ẵm rất tự nhiên. Trong khi đó những trẻ tự kỷ không có cảm giác vui hay tâm trạng thoải mái khi được bế nên chúng không có những điệu bộ dễ cho người ta bế.

Thông thường những người già đã từng bế nhiều trẻ sẽ nhận ra những đứa trẻ nào là đứa trẻ khó bế. Ngày xưa người ta hay sử dụng cách nói: “Tôi ít thấy có đứa trẻ nào khó bế như đứa này. Bế nó giống hệt như bế một cái đệm ngồi phồng lên vì nước” hoặc “Đứa bé chuối chuối như thể tôi đang bế khúc gỗ”.

Vị giác của người tự kỷ cũng khác so với chúng ta. Họ không thích những đồ ăn lớn nhón. Đặc biệt có những đứa trẻ rất ghét các loại rau tươi nhưng lại bình thường với những đồ ăn dẻo dính không nhám. Cá biệt, có những trường hợp trẻ hầu như không ăn được các loại hoa quả trừ chuối. Việc đó khiến nhiều người nghĩ rằng đứa trẻ này khó tính trong việc lựa chọn đồ ăn.

Với cảm nhận của người lớn, có thể chúng ta muốn thay đổi điều này để cho trẻ ăn đa dạng. Tôi mong các bạn đừng làm như vậy với trẻ trừ phi chúng ta quan ngại việc ăn không đa dạng sẽ gây



ra những vấn đề về dinh dưỡng cho trẻ. Bởi lẽ chúng ta vẫn đang nuôi trẻ khỏe mạnh thì chúng ta không cần thiết phải can thiệp đến việc trẻ ăn không đa dạng như thế. Tôi vẫn cho rằng cứ để trẻ ăn thoải mái những gì chúng thích là tốt nhất.

Những đứa trẻ tự kỷ rất hiếm khi có được những giây phút vui vẻ và sung sướng trong cuộc sống hàng ngày. Thật tội nghiệp cho những đứa trẻ này nếu chúng ta biến những giờ ăn có được niềm vui nhỏ nhoi của chúng thành những giờ luyện tập hay bị cưỡng ép. Những đứa trẻ này sẽ nghĩ xem chúng thực sự vui vẻ khi nào. Vậy nên, tôi mong muốn các bạn hiểu rằng không biết ăn đa dạng là một dạng cơ địa của trẻ và chúng ta phải chấp nhận điều đó. Chúng ta không nên cố tình khiến trẻ phải theo những gì chúng ta nghĩ là tốt, không để chúng phải hoang mang và lo lắng.

Những người mắc hội chứng rối loạn tự kỷ quá mẫn cảm những khi họ cảm thấy bất an, căng thẳng tăng cao. Chính vì thế rất nhiều người đã hiểu nhầm về họ, cho rằng họ là những người ích kỷ, có tính cách thất thường. Nhưng tôi hi vọng rằng các bạn sẽ không lấy cảm quan của mình để làm chuẩn cho người tự kỷ

và hiểu rằng ngay cả về mặt cảm nhận cũng có những điểm khác nhau giữa người bình thường và người bị tự kỷ.

Mỗi lần chỉ hiểu được một thứ

Mấy năm trước tôi có cơ hội được giảng bài cùng với bà Donna Williams tại Tokyo và Osaka. Khi đó, trong lúc giảng bài bà có nói: “Mỗi lần tôi chỉ có thể sử dụng được một giác quan của mình mà thôi. Chính vì vậy tôi không thể vừa nói chuyện mà vừa tự nghe câu chuyện của mình được. Vừa rồi tôi nói chuyện với các bạn với những nội dung mà mình đã chuẩn bị từ trước. Có điều tôi không thể xác nhận lại nội dung tôi vừa mới nói và tiếp tục dẫn dắt câu chuyện được”. Thính giả ở hội trường đều rất đỗi ngạc nhiên khi nghe được điều này. Bản thân tôi cứ ngỡ rằng mình đã hiểu về đặc tính của những người bị mắc hội chứng rối loạn tự kỷ, song khi nghe Donna Williams nói tôi cũng vẫn cảm thấy rất đỗi kinh ngạc bởi hóa ra những người bị mắc chứng tự kỷ còn khổ sở đến mức thế.

Ta thử lấy câu chuyện của bà Donna để xem “mỗi lần chỉ một việc” có nghĩa là gì. Điều này có nghĩa, nếu nói chuyện thì chỉ nói chuyện không thôi, còn nếu nghe thì chỉ nghe không thôi. Donna có thể nói và cũng có thể nghe. Tuy nhiên bà ấy không thể cùng

lúc vừa nói vừa nghe được. Mỗi một lần bà chỉ có thể xử lý được một thứ, và bà không thể vừa làm thế nọ vừa làm thế kia được. Như vậy nét đặc trưng của những người bị tự kỷ là họ vô cùng khó khăn trong việc xử lý nhiều thứ cùng lúc.

Trong số những người bị mắc bệnh tự kỷ chức năng cao, có khá nhiều người theo học đến cấp ba và đại học, cũng có những người nghỉ học giữa chừng song cũng có những người đã tốt nghiệp được. Những người này rất giỏi trong việc nhìn và hiểu bằng thị giác nên họ đọc và nhớ khá nhanh những nội dung trong sách giáo khoa, sách tham khảo. Trong những kỳ thi đầu vào họ chỉ cần tái hiện lại những điều mình đã nhớ vào bài làm nên có nhiều người tự kỷ thi đỗ. Khi tôi gặp một số học sinh trung học phổ thông hoặc sinh viên đại học, một số người có nói với tôi rằng “trong giờ học chúng tôi rất vất vả khi vừa phải vừa nghe giảng vừa chép bài. Hầu như chúng tôi không làm được việc ấy”.

Chúng ta vẫn coi việc nghe lời giáo viên giảng bài, hiểu ý nghĩa và ghi tóm tắt nội dung quan trọng vào vở là chuyện bình thường. Trong khi chúng ta ghi chép vào vở, bài giảng của thầy cô vẫn tiếp diễn và chúng ta vẫn tiếp tục lắng nghe những nội dung mới đó. Bản chất việc này là gì? Để đồng thời nghe thấy cô giáo giảng bài vừa ghi chép lại vào vở có một chút pha về thời gian. Việc nghe

và lý giải lời giảng của thầy cô là việc diễn ra ở thời điểm hiện tại. Trong khi đó việc ghi lại vào vở là ghi lại tóm tắt nội dung mà thầy cô giáo vừa nói trước đó, nghĩa là thời điểm quá khứ. Như vậy, chúng ta vẫn tiến hành xử lý đồng thời nhiều hoạt động lệch thời gian. Với những học sinh hay sinh viên tự kỷ chức năng cao, điều này quả là một vấn đề lớn. Trong những trường hợp như vậy, tôi được gia đình các học sinh và sinh viên tự kỷ chức năng cao cho phép đến trường con của em họ. Tôi đề nghị rằng: “Các em học sinh/sinh viên này gặp khó khăn lớn trong việc nghe và ghi đồng thời nên nhờ các bạn cho em ấy mượn vở để chép lại bài nhé”. Tôi mong các bạn hiểu rằng những đặc trưng của người tự kỷ là trong bất cứ việc gì họ chỉ làm được từng việc từng việc một. Tôi mong các bạn hiểu rằng việc trợ giúp người bị tự kỷ đối với những vấn đề này có ý nghĩa vô cùng quan trọng đối với họ.

Khó khăn khi hoạt động chức năng tổng hợp đồng thời

Người ta gọi việc mỗi lần chỉ có thể xử lý được một vấn đề với cái tên “Single focus” hay “Single track” mà bà Donna trong câu chuyện tôi kể ở trên gọi là “Mono track”. Về cơ bản, chức năng hệ thống trung khu thần kinh của não bộ không được hoàn thiện. Do hệ thống này chưa hoàn thiện nên họ gặp khó khăn khi kích

hoạt tổng hợp đồng thời nhiều chức năng dưới sự chỉ đạo của hoạt động thần kinh.

Nếu chúng ta đến sân đấu bóng chày hay sân bóng đá chúng ta sẽ thường thức trận đấu trong khi quan sát và chú ý đến nhiều thứ ở mọi chỗ nhiều hơn cả số lượng các góc quay của camera. Nhưng những người bị tự kỷ chỉ có thể quan sát tương đương với góc quay của một chiếc camera mà thôi. Bởi mỗi lần họ chỉ có thể xử lý thông tin của một thứ mà thôi. Nếu họ đến sân bóng chày, có thể ai đó nghĩ họ đang xem tổng thể trận đấu song thực tế là họ không thể tập trung vào nhiều thứ cùng một lúc và chỉ có thể xem từng thứ một. Và khi họ muốn rời sự tập trung sang một thứ khác, tất cả những gì họ đã nhìn thấy trước đây sẽ lập tức biến mất trong đầu họ.

Người ta gọi việc không thể xử lý nhiều thông tin cùng một lúc như thế là việc chức năng tổng hợp đồng thời của người đó không tốt. Cho đến giờ tôi mới chỉ nhắc đến chức năng tổng hợp đồng thời về thị giác song điều này cũng đúng với cả chức năng vận động.

Trong số trẻ tự kỷ có một số trẻ rất thích chơi bật nhún lò xo và chúng rất giỏi trò này. Trò chơi bật nhún chỉ là một trò chơi đơn thuần nhảy bật lên bật xuống và về cơ bản người chơi chỉ cần sử



dụng đôi chân của mình mà thôi. Vì vậy có trẻ chỉ cần chơi 20-30 phút là có thể bật liên tục lên được. Tuy nhiên không phải vì trẻ này nhảy bật tốt mà ta có thể dạy cho trẻ chơi trò nhảy dây. Trẻ tự kỷ khá khó khăn để có thể nhảy dây. Chúng không thể vừa dùng tay quay dây vừa yêu cầu đôi chân nhảy lên đồng thời được. Trẻ chỉ có thể tự do hoạt động riêng từng chức năng một nhưng lại không thể kết hợp hoạt động chân và tay cùng lúc.

Vận động của tay, vận động của chân và cả thị giác của trẻ đều không có vấn đề gì, nhưng những đứa trẻ tự kỷ cực kỳ khó khăn khi đi xe đạp. Khi chúng đi xe đạp nghĩa là chân phải nhấn vào bàn đạp, tay giữ lái điều khiển phương hướng, có nghĩa là chúng phải kích hoạt nhiều chức năng cùng một lúc. Chính vì thế, để những đứa trẻ này có thể đi được xe đạp là một quá trình dày công. Chắc chắn không chỉ riêng những đứa trẻ bị tự kỷ mà bản thân chúng ta đôi khi cũng có ít nhiều những trải nghiệm khó khăn khi tập đi xe đạp.

Sau khi những đứa trẻ tự kỷ phải luyện tập nhiều gấp mấy lần những đứa trẻ bình thường khác để đi được xe đạp, giờ thì chúng

lại phải học cách vừa lái xe vừa bóp phanh nghĩa là cùng một lúc phải sử dụng tay cho hai việc khác nhau. Với những đứa trẻ tự kỷ điều này thực sự vô cùng khó khăn. Chính vì thế, thay cho việc sử dụng phanh, chúng thường hay rê chân xuống mặt đường để dừng xe.

Hơn thế nữa, không chỉ dừng lại ở thị giác và mặt vận động, chúng ta vẫn phải liên tục thích ứng với cuộc sống bằng việc tổng hợp đồng thời chức năng phán đoán và quyết đoán. Những người bị bệnh tự kỷ thấy rất khổ sở trong việc bản thân họ không thể kết hợp đồng thời một vài động tác với nhau. Nếu chúng ta hiểu được những đặc trưng của họ và giúp đỡ họ trong cuộc sống hàng ngày thì sẽ có hiệu quả rất tốt.

Khả năng tưởng tượng kém

Bà Lorna Wing có nói rằng đặc trưng quan trọng nhất của người bị tự kỷ là họ “không có khả năng tưởng tượng”. Ở trên tôi đã nói về đặc trưng của người bị bệnh tự kỷ là chức năng tổng hợp mà đặc biệt là chức năng vận động của họ rất kém. Chức năng não hay còn gọi là chức năng tổng hợp đồng thời này sẽ liên quan đến việc kích hoạt ở nhiều vùng như vùng vận động, vùng tri giác, vùng ký ức, vùng ngôn ngữ, khi nhìn và nghe mọi vật, liên quan đến mong

ước, hy vọng và ý chí của con người. Khi nào kích hoạt toàn bộ các chức năng giác quan và kết hợp đồng thời những chức năng này, người tự kỷ sẽ bị rối loạn.

Để hiểu được vấn đề phải làm hay những quy tắc, họ cần có khả năng tưởng tượng. Năng lực tưởng tượng là việc nghĩ xem vào thời điểm này ở đây thì cần làm gì dựa trên việc nhớ lại những kiến thức và trải nghiệm từ nhiều cảnh huống đã gặp trong quá khứ. Khi đó, chúng ta sẽ lấy ra và tổng hợp nhiều thông tin cùng một lúc để tưởng tượng rằng có thể xảy ra việc gì ở đây.

Tuy nhiên, những người bị mắc bệnh tự kỷ rất kém trong việc tìm ra ý nghĩa của những thứ họ không thể xác nhận được bằng mắt hay những việc trừu tượng. Nói cách khác, cần phải có năng lực tưởng tượng để gắn ý nghĩa vào những thứ mà họ không thể xác nhận được bằng mắt hay phán đoán những việc trừu tượng. Tuy nhiên những người bị tự kỷ vẫn có khả năng phát huy năng lực từng phần khu biệt của não bộ. Chỉ có điều năng lực tưởng tượng để kết hợp chúng đồng thời với nhau của họ rất kém. Khi có thể nghĩ được rằng nếu mình làm thế này thì người khác sẽ nghĩ sao, điều ấy đồng nghĩa với việc người đó biết tưởng tượng. Những đứa trẻ bị mắc tự kỷ ở lứa tuổi nhà trẻ hay mẫu giáo không bao giờ hành động trong lúc nghĩ xem người khác đang nghĩ về

mình thế nào. Chính vì vậy nếu ai đó lấy đi bánh kẹo của chúng, chúng sẽ làm cho to chuyện, khóc lóc, giận dữ. Thế nhưng chúng lại khá thản nhiên đi lấy kẹo của những đứa trẻ khác. Khi nhìn những đứa trẻ như vậy người ta có thể cho rằng chúng ích kỷ chỉ biết bản thân mình, vô cùng tự tiện, coi thường các quy tắc luật lệ, không được uốn nắn vào nền nếp chỉ thích làm theo ý mình... Nhưng thực ra chúng không phải như vậy. Những đứa trẻ này có trí tưởng tượng kém nên chúng không hiểu được tâm trạng của người khác.

Thi thoảng, những người bị tự kỷ cũng nói những câu chuyện không liên quan đến ý nghĩa cảnh huống cũng như các mối quan hệ trước sau trong mạch câu chuyện. Có thể mọi người cũng đã từng gặp những tình huống như thế.

Hôm đó, tôi có đến nhà ga của hãng đường sắt Nhật Bản mua vé tàu siêu tốc Shinkansen. Ở phía bên ngoài cửa soát vé có một đứa trẻ khoảng chừng 2 tuổi đang đứng chờ cùng mẹ. Đó là một đứa trẻ bình thường và đang hát khá to. Thời gian gần đây có khá nhiều thanh niên trẻ tuổi cũng vừa đánh guitar và hát trong khu nhà ga nên đứa trẻ cất cao tiếng hát trong nhà ga với tâm trạng khá vui vẻ. Trông đứa trẻ thật dễ thương nên tôi ngắm nhìn cháu. Đột nhiên tôi bất gặp ánh mắt cháu. Thế là dường như đứa trẻ nghĩ



“Ôi mình hát không đúng chỗ rồi” nên cháu giấu vè mặt ngượng nghịu sau lưng mẹ. Mới chỉ có khoảng 2 tuổi mà cháu đã biết phán đoán tình hình như vậy.

Những người bị bệnh tự kỷ rất kém trong khả năng tưởng tượng nên nếu không phải là những người bị tự kỷ chức năng cao thì họ sẽ không thể phán đoán được tình hình như thế.

Không thể quên được mọi việc

Chales Hart, ủy viên ban chấp hành Hiệp hội Tự kỷ Mỹ phụ trách truyền thông, cũng là một người cha có con bị mắc bệnh tự kỷ. Là chuyên gia về bệnh tự kỷ đã tốt nghiệp trường Đại học Harvard, ông đã viết cuốn sách *Căn bệnh không nhìn thấy được*. Vài năm trước, ông được Hiệp hội Tự kỷ Nhật Bản mời đến Nhật nói chuyện ở nhiều địa phương và ông đã khiến nhiều khán giả phải xúc động. Trong buổi nói chuyện, Hart có nói: “Không chỉ riêng đối với con mình, sau khi đã được gặp nhiều người mắc bệnh tự kỷ điều làm tôi cảm nhận sâu sắc là nếu phải nói về một đặc điểm chung quan trọng của những bệnh nhân này, tôi sẽ không do dự

mà nói ngay rằng họ là những người rất khổ sở bởi vì họ không thể quên được mọi chuyện”.

Trước đây tôi cũng đã nhắc đến điều này, những người bị mắc chứng rối loạn phổ tự kỷ không phải là một trạng thái chậm phát triển một cách đơn thuần. Đó là sự thiếu cân bằng trong những yếu tố phát triển hoặc các lĩnh vực phát triển bị thiên lệch. Nhưng nếu đó là một đứa trẻ tự kỷ, các vùng phát triển của chúng có sự chênh lệch lớn: có lĩnh vực mới chỉ phát triển như một đứa trẻ lên 6 trong khi ở lĩnh vực khác chúng lại phát triển như đứa trẻ 14 tuổi.

Đặc tính lớn của bệnh tự kỷ là bệnh nhân có thể hiểu, quan sát và ghi nhớ mọi thứ và khả năng ghi nhớ của họ rất xuất sắc. Ngược lại những người bị bệnh tự kỷ lại rất khó khăn trong việc gán ý nghĩa cho những thứ họ không thể nhìn thấy được dầu họ có là người hoạt ngôn đến mấy thì việc hiểu được điều mà người khác nói là vô cùng khó khăn. Nếu như cha mẹ hay những người xung quanh hiểu được điều này để chữa trị và dạy dỗ họ thì họ sẽ không lâm vào cảnh bất hạnh. Có điều, trên thực tế đây không phải là việc đơn giản.

Đứa trẻ từ 1 tuổi rưỡi đã bắt đầu gặp phải nhiều vấn đề khó khăn và khiến cho các nhà chuyên môn cũng như người điều trị

bệnh phải thốt lên “ái chà”, nhưng không có một hệ thống chữa trị phù hợp khi người ta chỉ có khám bệnh rồi phó mặc như thế. Gia đình cũng không thể biết một cách chính xác những vấn đề của đứa trẻ đó. Tuy nhiên, khi trẻ được 2 tuổi rưỡi đến 3 tuổi, khả năng nhận biết và ngôn ngữ cũng dần tốt lên và khi đó trẻ có trí nhớ tốt nổi bật. Thế là cha mẹ và những người xung quanh đều đánh giá mọi năng lực của trẻ ở mức độ cao. Và rồi cha mẹ cũng như những người xung quanh cố gắng nuôi dưỡng và dạy dỗ để sửa chữa những điểm mà trẻ làm không tốt hoặc nghĩ theo cách “việc này mà trẻ còn làm được thì tại sao việc kia trẻ không làm được cơ chứ”. Tuy nhiên không phải đứa trẻ cố gắng là có thể làm được những việc chúng còn yếu kém. Chúng chỉ lao lực mà chẳng đạt được thành quả gì. Và người ta chỉ còn lại những ký ức không mấy hay ho là những đứa trẻ khác người hoặc những đứa trẻ có vấn đề trong việc dạy dỗ, có lớn mà không có khôn...

Trước đây tôi đã từng tham gia hội thảo ở một số thành phố tại các địa phương xoay quanh chủ đề biện pháp hỗ trợ giáo dục nào là tốt cho những người chậm phát triển. Trong hội trường, có những người chậm phát triển bị mắc chứng tự kỷ chức năng cao cùng tham dự.

Trong buổi hôm ấy, hiệu trưởng các trường trung học cơ sở ở địa phương đã báo cáo về tình hình giáo dục thực tế vô cùng



tuyệt vời đối với những học sinh khiếm khuyết chậm phát triển ở trường của mình. Những người trong hội trường và kể cả tôi đều rất cảm động với những nỗ lực xuất sắc này. Thế nhưng sau khi báo cáo xong, vào giờ nghỉ giải lao có một người đã tìm đến phòng chờ hội thảo gặp tôi. Đó là một phụ nữ bị mắc hội chứng rối loạn tự kỷ có năng lực tri thức rất tốt. Cô này vừa làm việc ở cơ quan vừa làm việc nội trợ.

Đối với chúng tôi câu chuyện mà thầy hiệu trưởng nói là một báo cáo thực tế tuyệt vời về tình hình giáo dục của trường. Tuy nhiên với người phụ nữ kia khi nghe được những điều này trong đầu cô lại hiện lên những ký ức về thời trung học xa xưa. Những kí ức bị thầy cô mắng hay bị bạn cùng lớp trêu chọc thể hiện lại rõ nét. Khi nhớ lại những điều này mặt cô ấy tái xanh đổ mồ hôi lạnh và thở dốc.

Cô ấy khẩn khoản với tôi như van xin rằng: “Thưa bác sĩ xin bác sĩ làm ơn nhắc lại rằng đây không phải là trường trung học được không ạ”. Tôi đã làm theo đúng giọng của cô ấy nhắc đi nhắc lại rằng đây là một hội trường hoàn toàn khác không phải là

trường học. Chúng ta không được phép để những người bị khuyết tật phát triển mang những vết thương lòng từ thời niên thiếu.

Thật thà, ngay thẳng không lươn lẹo

Những người mắc chứng rối loạn phổ tự kỷ vô cùng thật thà và ngay thẳng. Họ nghĩ gì nói đó nên đôi khi thật thà quá lại vất vả. Ai nói bất cứ cái gì họ cũng đều cố gắng làm đúng như thế, đến mức khổ sở. Những người sống xung quanh người tự kỷ cần phải hiểu được vấn đề.

Những người bị tự kỷ thường nói thật suy nghĩ của mình. Ví dụ khi nhìn ai đó họ có thể nói ngay những suy nghĩ thật của mình như: “Tại sao chị lại trang điểm kỳ cục như thế?” hay “Bộ quần áo này chẳng hợp gì cả” mà không cần nghĩ đến cảm xúc của người mình đang nói chuyện. Người bình thường chúng ta có nghĩ như vậy thật nhưng cũng chẳng bao giờ nói ra miệng. Có thể những điều mà chúng ta điều chỉnh để nói với người mình tiếp xúc là nói dối. Tuy nhiên đó là một phần kỹ năng xã hội chúng ta cần học hỏi. Những người này có thể tự do nói chuyện nhưng giao tiếp của họ không tốt. Đó cũng chính là khó khăn lớn nhất trong sự phát triển kỹ năng xã hội của họ.

Người ta vẫn chưa hiểu hết được các đặc tính của những người mắc bệnh tự kỷ. Bởi thế những người tự kỷ xin việc khá khó khăn. Khi họ xin được việc tôi cũng đã đến tận công ty của họ để giải thích và giúp người ta hiểu được rằng: “Người này bị tự kỷ nên mong mọi người quan tâm giúp đỡ trong công việc. Họ hoàn toàn không có ác ý gì cả. Chỉ là do họ thẳng thắn thật thà. Nếu mọi người nhìn họ với con mắt như thế mọi người sẽ hiểu con người họ. Những ai không biết có thể nghĩ họ là người không lịch sự. Nếu nói thật thì chắc sẽ khiến người khác tổn thương nhưng họ là những người không thể nói dối được”.

Hãy vỗ tay khen ngợi những năng lực tuyệt vời của trẻ tự kỷ

Nếu chúng ta áp dụng biện pháp giáo dục đòi hỏi sự cân bằng dựa trên chuẩn của người bình thường cho đối tượng trẻ em mắc chứng rối loạn phổ tự kỷ, phần lớn các biện pháp giáo dục này sẽ để lại những nỗi đau lớn lao cho trẻ và kết cục có thể phản giáo dục. Trong quá khứ đã có biết bao trẻ em đã phải sống nửa đời bất hạnh còn lại trong sự hiểu nhầm và không được thấu hiểu. Đặc biệt điều này xảy ra rất nhiều đối với những trẻ bị chứng tự kỷ chức năng cao về trí tuệ hay bị hội chứng rối loạn tự kỷ.

Ngay từ bé những đứa trẻ này không được cha mẹ hay những người xung quanh đón nhận và thấu hiểu về căn bệnh tự kỷ của



chúng. Những đứa trẻ này vụng về, không ngồi yên được một chỗ, không biết đoán ý những người xung quanh, không hiểu được bầu không khí giao tiếp, tự hành động theo ý mình, hành động bộc phát, bị gọi là “cù lẩn” hay bị từ chối vì là những đứa trẻ không ra gì, và chúng cứ lớn lên với bao nhiêu tổn thương trong tâm hồn.

Một bộ phận những đứa trẻ phải đi trên con đường đầy bất hạnh như thế lại là những đứa trẻ học tập rất tốt ở trường. Cũng chính vì thế mà chúng phải rất vất vả để đối phó với những người không hiểu mình. Nếu là tính toán thì chẳng ai trong lớp giỏi hơn những đứa trẻ này thế nhưng chúng lại rất kém trong môn đu xà hay nhảy dây. Chính vì thế, chúng không được thầy cô giáo và bạn bè thấu hiểu và thường bị hiểu nhầm, bị mắng mỏ, bị trêu chọc. Một số trẻ còn bị bố mình thiết quân luật rèn rất nghiêm khắc.

Những người bạn của tôi làm việc ở Trung tâm Phục hồi chức năng tổng hợp thành phố Yokohama, làm công tác hỗ trợ việc nuôi dưỡng những người bị bệnh tự kỷ rất tốt. Họ kể rằng: “Vốn dĩ đa số những người bị bệnh tự kỷ đều có những năng lực siêu phàm. Có thể không phải đến mức siêu phàm thì cũng là những khả năng hết sức tuyệt vời. Chính vì thế những người bị bệnh tự

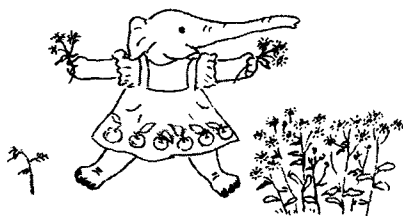
kỷ cần được sống trong môi trường mà ở đó có những người phát hiện ra tài năng của họ, hỗ trợ để phát huy tài năng của họ. Không dựa vào bất cứ điều gì, việc thấu hiểu và hỗ trợ cho đặc tính mỗi lần chỉ làm được một việc là cách làm của những người hiểu rõ về họ.”

Khi nghĩ đến việc giáo dục cho trẻ tự kỷ ở nhà trẻ, trường mẫu giáo, trường học, tôi rất mong các chuyên gia nuôi dạy trẻ, các thầy cô giáo hãy làm những điều gần giống như các trường đại học mỹ thuật vẫn làm. Các trường đại học mỹ thuật, dù là học vẽ hay học nhạc họ cũng chia ra, có nhóm học ở giảng đường lớn, có nhóm lại học trong lớp học. Điều quan trọng là họ hướng dẫn riêng cho từng cá nhân ví dụ như để trở thành họa sĩ thì mỗi một sinh viên có một trình độ riêng khác nhau nên nội dung giảng dạy cũng sẽ khác đi. Kể cả về giáo viên hướng dẫn ta cũng nghĩ xem cần phải có thầy giáo nào để hướng dẫn cho phù hợp đối với những học sinh có trình độ cao.

Tuy nhiên, về cơ bản các thầy cô giáo tại các trường học của Nhật Bản từ trước đến nay vẫn thích cách nghĩ dạy theo tập thể. Bất cứ điều gì cũng muốn làm cùng với mọi người, ai cũng thích có bạn. Và việc dạy dỗ cũng bắt đầu từ những hoạt động theo nhóm bạn. Điều đó lại gây đau khổ cho những đứa trẻ bị bệnh tự kỷ. Đôi khi điều này phá hủy nhân cách của những đứa trẻ ấy.

Khi tuổi còn nhỏ người ta ít nhận ra bản chất của vấn đề này nên thường tiến hành đào tạo mọi người như nhau. Tuy nhiên khi trẻ lớn hơn một chút nữa như đến giai đoạn dậy thì, thời thanh niên trẻ tự kỷ sẽ để lộ ra những điều mà chúng không thể thích ứng được. Tôi rất mong các nhà giáo dục nghĩ đến cả những vấn đề này nữa.

Tại Yokohama, có một nghệ nhân gốm nổi tiếng không chỉ mở lớp dạy cho những người bị tự kỷ mà cho cả những người bị khuyết tật về nhiều mặt. Những học viên ở đây được vui với công việc luyện tập, những người có tay nghề còn được gửi đến những lò gốm nổi tiếng trên khắp Nhật Bản để được dạy cách tạo ra những sản phẩm tuyệt vời. Vừa rồi tôi được mời đến dự hội thảo của Học viện Oumi ở tỉnh Shiga. Khi đó tôi được giới thiệu xem rất nhiều các sản phẩm gốm nghệ thuật trưng bày trong phòng hiệu trưởng. Và tôi cũng được trường cho biết có nhiều học sinh cũng như những bạn trẻ trong trường có trình độ cao gần bằng các nghệ nhân. Một số người đã đưa những sản phẩm của mình ra các cuộc triển lãm không chỉ ở trong nước mà ở cả những cuộc triển lãm quốc tế có tiếng tăm. Trong trường hợp của trường Oumi tuy có nhiều trẻ em bị bệnh tự kỷ và khuyết tật về trí não song trường đã biết phát huy những năng lực xuất sắc của các em.



Quanh chúng ta có rất nhiều người tự kỷ đang gặp phải những tình trạng bất hạnh. Nhưng theo như tôi được biết ở Mỹ hay Canada và ở Nhật Bản cũng có những người tự kỷ đang có được một cuộc sống hạnh phúc, ngập tràn hi vọng. Trong số họ có những người phát huy được năng lực tư duy logic hay lý luận, có những người thao tác máy tính, lắp ráp các bộ phận máy móc, sắp xếp sách trong thư viện rất tốt và chửi chửi nếu những công việc đó là công việc thực hiện từng thao tác một theo đúng thứ tự.

Một khi đã nhớ là họ sẽ thực hiện nghiêm chỉnh theo đúng như vậy mà không chấp nhận bất cứ sự linh hoạt nào. Chúng ta gọi đó là bệnh cầu toàn và thường thì những con người này không có chỗ cho đại khái cầu thả. Họ rất nghiêm chỉnh và có năng lực. Dù có được năng lực như thế họ cũng vẫn rất khiêm tốn.

Ngoài ra, chúng ta còn thấy những người trong số họ rất vui vẻ làm việc ở các nhà máy sản xuất thực phẩm, những nơi sản xuất phim hoạt hình, giáo viên trường trung học phổ thông, làm nội trợ trong gia đình... Hơn nữa cũng không thể kể hết về những người dành thời gian rảnh rỗi để tham gia học bơi, học nấu ăn, học cưỡi ngựa...

Ở bất kỳ thời điểm cũng như địa điểm nào có người tự kỷ đang sống một cách vui vẻ có thể nói chắc chắn là khi ấy ở bên cạnh họ có những người biết thấu hiểu đặc biệt về họ. Không chỉ riêng với người tự kỷ mà bất kỳ ai cũng vậy. Để con người ta có thể sống hạnh phúc và ngập tràn hi vọng chắc chắn phải có những người hiểu được họ. Hãy lấy ví dụ từ bản thân mình và nhìn ra xung quanh, các bạn có thể dễ dàng hiểu được điều này. Với những người bị bệnh tự kỷ họ cần có những người hiểu về họ. Nếu chúng ta hiểu được những đặc tính của người bị thiếu năng phát triển, biết kết hợp và tiếp cận với những đặc tính này của họ, họ có thể phát huy được những năng lực tuyệt vời và phi thường mà chúng ta không có được. Chúng ta hãy vỗ tay tán thưởng những năng lực đặc biệt ấy của họ và cùng cố gắng tạo điều kiện giúp đỡ để họ có thể cùng chung sống với chúng ta.

Chương 6

Thấu hiểu người khuyết tật phát triển





Cha mẹ biết thấu hiểu và đón nhận con trẻ

Như tôi đã trình bày với các bạn, trong quá trình trẻ phát triển, có thể vì lý do nào đó khiến các chức năng tâm sinh lý của trẻ gặp khó khăn trong việc hoàn thiện và người ta gọi hiện tượng này là khuyết tật phát triển. Về cơ bản, những người hội tụ cả ba vấn đề bao gồm vấn đề trong giao tiếp, kỹ năng xã hội thiên lệch trong sở thích và mối quan tâm sẽ bị gọi là người mắc bệnh tự kỷ. Tuy nhiên người bị khuyết tật về phát triển không đơn thuần là những người phát triển chậm mà đôi khi họ lại phát huy được những năng lực tốt hơn nhiều so với những đứa trẻ bình thường tùy theo các yếu tố và lĩnh vực phát triển. Chúng ta cũng cần phải hiểu được từng tình trạng phát triển thiên lệch và không cân bằng của họ.

Tùy từng người mà những đặc tính về khuyết tật phát triển của họ được thể hiện ở mức độ khác nhau. Như tôi đã nói với các bạn thế nào là khuyết tật phát triển, ngoài bệnh tự kỷ, bệnh tăng động giảm chú ý, bệnh khuyết tật học tập, còn có một số bệnh liên quan đến khuyết tật chức năng não như bệnh rối loạn phổ tự kỷ (dải liên tục) cũng có chung ba đặc tính với bệnh tự kỷ. Chính vì

vậy chúng ta không cần thiết phải khám để phân loại bệnh kỹ càng như thế mà chỉ cần coi chúng giống nhau là được.

Thông thường khi khám cho trẻ 1 tuổi rưỡi, các chuyên gia chỉ cần nhìn là có thể đoán trẻ bị mắc chứng bệnh tự kỷ. Một trong những điều quan trọng nhất để có thể đưa ra những quyết định ấy là mối liên hệ với người khác của trẻ không tốt, khó có thể hòa đồng, như gọi trẻ, trẻ không trả lời, không chịu nhìn vào mắt người nói chuyện, trẻ bị lạc mà vẫn bình thản như không. Tuy nhiên, khi khám cho trẻ 1 tuổi rưỡi trẻ vẫn chưa nói được nên chúng ta không thể biết được trẻ có phải dạng tự kỷ chức năng cao hay không. Ngay cả những người lớn lên bị hội chứng rối loạn tự kỷ nhưng vẫn nói năng được thoải mái cũng chưa thể nói được trong thời điểm mới được 1 tuổi rưỡi. Tuy nhiên, hầu như các chuyên gia đều có thể chẩn đoán được là trẻ có bị mắc bệnh tự kỷ hay không từ giai đoạn kiểm tra sức khỏe khi trẻ 1 tuổi rưỡi.

Thực ra không phải những ông bố bà mẹ không nhận ra những điều mà chúng ta, phát hiện được trong quá trình khám sức khỏe khi trẻ 1 tuổi rưỡi. Chắc chắn cha mẹ trẻ nhận ra những điều này trước khi tiến hành khám định kỳ cho trẻ. Có điều cha mẹ trẻ luôn muốn nghĩ rằng con mình mới có 1 tuổi rưỡi nên kể cả khi chúng không thể rời xa bím giấy hay không thể nói chuyện một

cách tự do thoải mái chậm biết đi nữa cũng chỉ là khác những đứa trẻ bình thường một chút xíu mà thôi. Hơn thế nữa, với những ông bố bà mẹ, thật khó khăn để thông báo cho họ biết rằng con của họ có khuyết tật. Điều đó thật đau lòng, và tàn khốc. Tuy nhiên, điều quan trọng là chúng ta cần phải thông báo cho bố mẹ của trẻ đầy đủ kết quả chẩn đoán chính xác khi khám cho bé ở độ tuổi 1 tuổi rưỡi ấy để họ hiểu rõ về tình hình con mình.

Trong số những đứa trẻ kể trên, có một số trẻ đột nhiên phát triển khả năng nói rõ rệt ở thời điểm 2 tuổi rưỡi đến 3 tuổi. Đến tầm 3 tuổi rưỡi trẻ có thể tự do thoải mái nói chuyện mà không gặp phải khó khăn gì. Thế là cha mẹ chúng sẽ nghĩ: “Hồi ấy bác sĩ nói con tôi bị bệnh như thế nhưng chẳng phải bây giờ con đã khỏi bệnh rồi sao”. Cha mẹ trẻ không chịu chấp nhận hiểu về khiếm khuyết của con mình và họ nuôi dạy con như thể chúng chẳng có bất kỳ vấn đề gì. Vậy có phải đứa trẻ đó phát triển ngôn ngữ tốt nên chúng không bị bệnh tự kỷ? Không phải như vậy.

Cha mẹ luôn mong con mình phát triển bình thường như những đứa trẻ khác. Bởi vậy, họ cố gắng nuôi dạy con như họ kỳ vọng. Họ cho rằng: “Con mình nói được đến thế kia mà...” Nên họ nghĩ con họ không có vấn đề gì cả. Có thể con họ khác với



những đứa trẻ bình thường nhưng đó cũng có thể là do việc rèn giũa đưa vào nề nếp chưa tốt và họ nuôi dạy đứa trẻ mà không quan tâm đến bản chất của bệnh tự kỷ. Nếu thấy con của mình có vấn đề gì là họ lập tức ép trẻ sửa để giống với những đứa trẻ bình thường khác.

Trên thực tế việc cha mẹ không chịu chấp nhận sự thật con mình bị khuyết tật cũng đồng nghĩa với việc họ chưa chịu đón nhận đứa con ấy. Khuyết tật kia là một phần không thể tách rời khỏi đứa trẻ. Chính vì vậy, nếu cha mẹ trẻ không chịu chấp nhận khuyết tật đó, thì dẫu cha mẹ trẻ có nỗ lực đưa ra các biện pháp giải quyết đi chăng nữa thì kết cục là lại thể hiện việc hắt hủi chính bản thân đứa trẻ. Chắc các bạn đều hiểu đứa trẻ bị cha mẹ chối bỏ sẽ thấy mình bất hạnh và thảm thương đến mức nào.

Kể cả khi cha mẹ trẻ làm ngơ với khuyết tật của con mình, đến một lúc nào đó họ cũng phải đối diện với nó. Thời điểm ấy đến càng muộn bao nhiêu, đứa trẻ càng bất hạnh bấy nhiêu. Một đứa trẻ lớn lên trong sự hắt hủi của bố mẹ sẽ nảy sinh tính hung hăng và nhõng nhẽo như thời còn bé thơ. Chúng muốn trở lại thành

những đứa trẻ thơ bé hoặc có tính hung hăng rất mạnh. Những trở ngại thứ phát này sẽ khiến đứa trẻ khó có thể thích ứng được với xã hội khi chúng lớn lên.

Khi còn chẩn đoán cho trẻ từ 0-6 tuổi trước đây, tôi thường cố gắng truyền đạt đầy đủ kết quả khám sức khỏe giai đoạn khi 1 tuổi rưỡi của trẻ cho cha mẹ chúng. Sau này, tôi cũng được sự giúp đỡ của trung tâm chăm sóc trẻ nhỏ và các phòng y tế để có những khảo sát bám sát các đối tượng trẻ này. Kết quả là những trẻ này lớn lên đều có thể tự lập và có công việc trong xã hội.

Tuy nhiên, chúng tôi đã gặp một trường hợp trẻ bất hạnh. Đây là trường hợp mà đến tận giờ tôi vẫn không thể quên bởi tôi có giải thích cho bố mẹ trẻ thế nào đi chăng nữa họ cũng không chịu chấp nhận chuyện con mình có khuyết tật. Tôi không có ý đẩy trách nhiệm cho cha mẹ trẻ và cũng tự nhận thấy mình có những chỗ còn chưa làm được đến nơi đến chốn. Gia đình này đưa con đến tư vấn trong vài năm và lần nào khi họ đến tôi cũng giải thích về tình hình bệnh tật của đứa trẻ. Khi ấy tôi không thể nói những điều để an ủi cha mẹ đứa trẻ mà chỉ còn cách truyền đạt đúng sự thật.

Khi tôi nói điều này với họ, lần nào cũng vậy: người mẹ khóc còn người cha thì ra vẻ với khuôn mặt khó chịu. Đến nỗi cô y tá còn nói với tôi rằng: “Bác sĩ Sasaki ơi, hay là thôi ta không gọi họ

đến nữa còn hơn. Lần nào về họ cũng khóc y như thể bị bác sĩ châm chọc đến mức phát khóc lên vậy.” Bản thân tôi nhiều khi cũng muốn nói “Cháu nhà anh chị không sao đâu”. Nhưng nói như thế lại là nói dối. Thế là sau vài năm đến khám ở chỗ tôi, vợ chồng họ không đến nữa.

Sau đó vài năm, tôi có nghe được thông tin về đứa trẻ nhà ấy khi nó đã lớn. Đứa trẻ đã lớn lên mà không được cha mẹ chấp nhận sự thật là nó bị tự kỷ. Nghe nói đứa trẻ có những trạng thái hành vi không thích ứng được với xã hội. Nhưng đứa trẻ không gây thương tích cho những người trong gia đình hay làm người xung quanh bị thương. Nó chỉ đập phá đồ đạc, tường nhà và những thứ khác. Khi nghe chuyện này, điều làm tôi thấy buồn nhất là đứa trẻ ấy tự làm mình bị đau và không thể sống nổi trong gia đình mình. Nghe nói đứa trẻ phải nhập viện tâm thần mất mấy năm.

Điều này làm tôi phải nghĩ lại một lần nữa xem liệu có phải cha mẹ chấp nhận chuyện con mình bị tật nguyền khó đến thế hay không. Nhưng mặt khác, cũng có những người thấy chuyện đó không đến mức khó khăn như thế. Suốt 40 năm trong nghề, tôi đã gặp rất nhiều trẻ em. Tôi thấy chưa có đứa trẻ nào phải chịu bất hạnh nếu cha mẹ chúng có thể chấp nhận chuyện con mình mang khuyết tật. Nếu cha mẹ hiểu rõ vấn đề cơ bản của con mình

và không quá kỳ vọng cũng như không ép chúng những việc quá sức thì đứa trẻ được nuôi dạy khá yên ổn. Đó là một sự thực được đúc kết từ chính kinh nghiệm của tôi và tôi muốn chia sẻ điều này tới các bạn.

Tại trường Đại học Bắc Caroline của Mỹ – nơi nổi tiếng trên thế giới và được đánh giá cao với những nghiên cứu về bệnh tự kỷ cũng như những phương pháp và thành công trong thực tiễn, có rất nhiều giáo viên và các bác sĩ trị liệu giỏi. Tôi cũng đã đến trường này gần 30 lần và đã học được rất nhiều điều ở đây. Các thầy cô giáo ở đây đều xây dựng và phát triển được mối quan hệ thân thiết với những người bảo hộ cho những đứa trẻ gặp phải vấn đề khó khăn như trẻ bị tự kỷ.

Tôi đã từng dự một buổi nói chuyện giữa một nữ bác sĩ trị liệu giỏi với người nhà của một đứa trẻ bị mắc khuyết tật khá nặng. Nữ bác sĩ nói chuyện với mẹ của đứa trẻ như sau: “Tôi nghĩ cha mẹ có hai niềm vui lớn khi có một đứa con. Niềm vui thứ nhất là niềm vui khi cha mẹ kỳ vọng vào tương lai phía trước của con mình. Niềm vui thứ hai là niềm vui khi giúp cho đứa con của mình được hạnh phúc trong cuộc đời. Trong trường hợp con anh/chị sinh ra bị tật nguyền như thế này, anh/chị nên tập trung vào niềm hạnh phúc thứ hai để nuôi dạy con thì hơn. Nếu là niềm vui của cha mẹ,

bạn có thể chọn niềm vui nào cũng được. Có điều, đối với người làm cha làm mẹ không có niềm vui nào lớn lao hơn việc giúp cho con mình được hạnh phúc.”

Tôi vẫn nhớ rõ mình đã xúc động thế nào khi nghe những lời này. Thế là tôi cũng đã nói: “Niềm vui của cha mẹ trong bất cứ hoàn cảnh nào đi chăng nữa đều như nhau, kể cả đứa con của người ấy có bị tật nguyền hay không. Cha mẹ là người luôn mong muốn làm mọi việc để giúp con mình được hạnh phúc và sẽ không có niềm vui nào lớn hơn thế. Để làm được điều đó, tình yêu của cha mẹ dành cho con sẽ phải vượt lên trên cả những ham muốn hay kỳ vọng của chính bản thân cha mẹ và ưu tiên cho cuộc đời của con cái mình được hạnh phúc.”

Tầm quan trọng của việc phát hiện và chữa trị sớm

Từ kinh nghiệm khi được tiếp xúc với những người tự kỷ khỏe mạnh và sống hạnh phúc mỗi ngày, tôi thấy điều quan trọng nhất là chúng ta phải phát hiện sớm những vấn đề của khuyết tật phát triển và ngay từ đó có chế độ chăm sóc và hỗ trợ cho những đứa trẻ ấy. Vấn đề đầu tiên là cha mẹ trẻ phải hiểu đúng về tình hình khuyết tật phát triển của con mình và thực sự biết chấp nhận sự thật ấy. Tuy nhiên, những năm gần đây, ở Nhật Bản có một xu

hướng là người ta không muốn chấp nhận sự thật không hợp với ý mình dù cho nó đúng đến mức nào đi chăng nữa. Đây là một xu hướng tình cảm nổi bật và là một hiện trạng thực sự không cần phải bàn cãi.

Chính vì thế, những người khám sức khỏe cho trẻ trong độ tuổi từ 0-6 cần phải kiên trì trong thời gian dài và nhiều lần để truyền đạt chính xác kết quả khám và chẩn đoán những khuyết tật phát triển của trẻ cho người bảo hộ của các cháu. Bởi cha mẹ khó mà chấp nhận ngay sự thật đó.

Khi trẻ bị khuyết tật phát triển, trước hết những ông bố bà mẹ tưởng tượng ra trong đầu mình rằng đứa con hắn sẽ phải gánh chịu nhiều nỗi bất hạnh và bất lợi về sau này. Họ không tin và cũng thấy bất an không biết liệu con mình có được chăm sóc, trông nom và dạy dỗ thực sự thích hợp trong môi trường nhà trẻ, trường mẫu giáo hay tại trường học hay không. Sự bất an đó sẽ trở nên lớn hơn khi họ lo lắng không biết cuộc đời của con mình sau này khi học xong ra đi làm có gặp phải nhiều bất lợi hay khó khăn vất vả hay không. Tôi nghĩ điều này cũng là một trong những tác nhân khiến cha mẹ trẻ không thể chấp nhận chuyện con mình bị khuyết tật phát triển.

Nếu chúng ta chỉ tiếp tục thực hiện việc chăm sóc và giáo dục hòa nhập thì bản chất của những trẻ em bị khuyết tật phát triển



không hề thay đổi. Bên ngoài, người ta có thể thấy chúng thay đổi chút ít bên song trong bản chất bị khuyết tật của trẻ không giúp cho đứa trẻ phát triển hơn thêm. Khi cha mẹ trẻ nhìn thấy con mình thay đổi ở bề ngoài, ai cũng mong rằng con mình đang phát triển tốt lên. Có điều bản chất của vấn đề khuyết tật không dễ dàng thay đổi như thế. Đối với những đứa trẻ bị khuyết tật phát triển chúng ta cần phải có sự chăm sóc trông nom và giáo dục thích hợp.

Tôi xin kể một câu chuyện xảy ra cách đây 40 năm khi tôi còn trẻ và đi du học tại Canada. Tại bang British Columbia của Canada có một trung tâm phát triển trẻ em. Đây là một cơ sở tiếp nhận trẻ em bị khuyết tật phát triển trong độ tuổi đi học. Ở trung tâm này, giám đốc là người chịu trách nhiệm cao nhất và có thể phá bỏ khuôn khổ giáo dục phổ cập. Đây chỉ là một cơ sở đào tạo do bang thành lập.

Trẻ em bị khuyết tật phát triển đến tuổi đi học trước khi được nhận vào trung tâm này, đều phải qua khâu thẩm định. Khi đó, giáo viên hướng dẫn của tôi cũng là một thành viên của ban thẩm định. Vậy họ đã thẩm định trẻ ra sao? Trước tiên, họ xét xem việc

để cho trẻ khuyết tật học các môn toán, văn, các môn tự nhiên, các môn xã hội... trong hệ thống giáo dục phổ cập cùng trình độ với trẻ em bình thường có mang lại lợi ích đối với trẻ khuyết tật hay không? Hoặc là họ sẽ xem xét để quyết định đứa trẻ này cần phải có chế độ học riêng phù hợp hơn.

Sau khi trải qua giai đoạn thẩm định như vậy những đứa trẻ được phép theo học tại trung tâm sẽ được học đọc, học viết, học làm tính và những thứ khác nữa. Đây là những kiến thức vô cùng cần thiết cho những đứa trẻ này khi lớn lên. Và bởi nếu thiếu những kiến thức ấy thì những đứa trẻ sẽ gặp phải rất nhiều phiền toái nên dẫu phải mất đến vài năm người ta cũng vẫn dạy cho chúng. Bên cạnh đó, người ta cũng dạy cho trẻ về những thứ chúng có năng khiếu. Ví dụ như người ta dạy cho trẻ hoặc đám thanh niên học nhiều thứ khác như học cách làm mộc, cách làm gốm hay làm vườn... Không phải đi theo đường mòn của cách giáo dục thông thường, giáo viên hướng dẫn của tôi làm ủy viên của ban thẩm định cùng với giám đốc trung tâm để thực hiện việc đánh giá đặc tính của trẻ và quyết định hình thức giáo dục phù hợp. Một số trẻ sẽ không thể áp dụng cách giáo dục như với trẻ em thông thường, một số đứa trẻ cần phải được thoát ra khỏi khuôn khổ giáo dục. Người ta suy nghĩ và thực hiện như thế.

Tôi rất ấn tượng với những đứa trẻ đến học ở trung tâm này bởi tất cả các cháu đều rất vui vẻ và thoải mái. Đó là câu chuyện của hơn 40 năm về trước nên nó càng khiến tôi kinh ngạc. Mô hình các trường học tự do (free school) hiện nay mọc lên tại các địa phương của Nhật Bản có lẽ cũng xuất phát từ những ý tưởng này. Tuy những mô hình như vậy chưa thực sự hoàn hảo song nếu các trường học tự do này có được phương pháp triệt để hơn các trường công lập để thực hiện mô hình này thì thật tốt biết bao. Thực sự tôi cũng muốn thử sức nếu như mình được làm hiệu trưởng của một trường như thế.

Ghé chân vào thế giới của những người bị khuyết tật phát triển

Nhà nghiên cứu lý thuyết và lâm sàng học về căn bệnh tự kỷ ở Anh, đồng thời cũng là mẹ của cô con gái bị mắc bệnh tự kỷ, bà Lorna Wing, đã viết trong cuốn sách *Bệnh tự kỷ* của mình như sau: “Chúng ta – những người cùng sinh sống và làm việc chung với trẻ em hoặc người lớn mắc bệnh tự kỷ – cần hết sức nỗ lực để bước vào thế giới của họ. Đơn giản là bởi vì họ không có đủ khả năng để có thể bước vào thế giới của chúng ta. Để mỗi người trong số họ có thể tìm được những phương pháp hữu hiệu trong việc xử lý tốt hệ thống hay còn được gọi là quy tắc giao tiếp với người khác

– những con người ở một thế giới hoàn toàn khác biệt trong con mắt của họ – chúng ta cần phải hiểu về các trải nghiệm liên quan đến bệnh tự kỷ cũng như phải học phương thức của họ.”

Nói cách khác, khi phải so sánh xem việc ai bước vào thế giới của ai khó khăn hơn, rõ ràng có thể thấy những người tự kỷ gặp nhiều khó khăn khi bước vào thế giới người bình thường chúng ta. Chính vì lẽ đó, trước hết, chúng ta hãy chủ động bước vào thế giới của họ. Quan niệm và thái độ cho rằng trong quá trình chúng ta bước vào thế giới của những người tự kỷ, họ có thể phần nào tiếp cận được với thế giới của chúng ta, được thế giới chúng ta dẫn lối sẽ thực sự quan trọng.

Trước đây, bà Lorna, thông qua kênh phát thanh BBC của Anh, đã chỉ ra và xác định rõ điều này thông qua TEACCH (Chương trình hỗ trợ nuôi dạy người mắc bệnh tự kỷ). Tôi đã được nghe về điều này vài năm trước từ chính Eric Schopler – cha đẻ của chương trình TEACCH. Tôi sẽ nói cụ thể về chương trình TEACCH ở những chương sau.

Cho tới giờ tôi đã kể với các bạn rằng người mắc bệnh tự kỷ không phải là những người chậm phát triển mà là cách phát triển của họ có khác so với những người bình thường. Những người này phát triển không cân bằng và kém cân bằng ở chỗ họ có thể

giới xuất chúng ở một việc song lại không thể làm được một việc khác. Cũng phải nói rằng đó là khi chúng ta lấy chuẩn của những người bình thường để đánh giá sự phát triển của những người mắc bệnh tự kỷ. Tôi cũng đã nhắc đến vấn đề “đặc tính khiếm khuyết phát triển” của người tự kỷ: Họ có những giá trị quan, độ nhạy cảm và cảm giác hoàn toàn khác với những người bình thường chúng ta. Có thể thấy họ đang sống trong thế giới hoàn toàn tách biệt với chúng ta.

Chúng ta vẫn luôn để tâm đến chuyện hiểu và hòa hợp với những người gặp khiếm khuyết ở mắt, ở tai hay không thể vận động được. Chúng ta cũng đã dày công đưa ra những hình thức nuôi dưỡng và giáo dục phù hợp cho từng mức độ khiếm khuyết của họ. Thế nhưng khi gặp phải trường hợp những người mắc bệnh tự kỷ, chúng ta vẫn chưa thể hiểu được những khiếm khuyết của họ là gì và có những đặc tính gì, cũng không hiểu được sự khốn khổ của họ ra sao trong cuộc sống hàng ngày. Thế rồi những bậc cha mẹ và những người xung quanh không biết thấu hiểu, chỉ nghĩ họ khác người và nghĩ có thể sửa được những phần bị lệch lạc trong tính cách bằng việc dạy bảo nghiêm khắc, như vậy họ có thể trở thành những đứa trẻ bình thường. Họ nghĩ không cần phải tách riêng chúng mà chỉ cần nuôi dạy chúng giống như những

đứa trẻ bình thường là chúng cũng sẽ tự khắc lớn lên và phát triển bình thường như bao đứa trẻ khác.

Nhưng thật ra cách làm tốt nhất là chúng ta cần có sự giúp đỡ của gia đình, các cô nuôi dạy trẻ, các thầy cô giáo, các chuyên gia để thấu hiểu được một cách đúng đắn về tri giác, tri nhận cũng như các lý giải của đứa trẻ đó. Chúng ta phải biết chấp nhận những đặc trưng của người mắc bệnh tự kỷ, không để ý đến những nhược điểm hay khuyết điểm mà tập vào trung việc chăm sóc và dạy dỗ cũng như hỗ trợ phù hợp để trẻ phát huy mặt mạnh của mình.

Tôi vẫn có các buổi sinh hoạt chuyên môn định kỳ cùng với những người làm công tác chuyên trách về phúc lợi xã hội và giáo dục đào tạo tại các trường đại học, các địa phương và phụ huynh của người mắc bệnh tự kỷ. Gần đây, chúng tôi nhận thấy có ngày càng nhiều các câu hỏi tư vấn từ gia đình của những thanh niên gặp phải khó khăn do các vấn đề không thích ứng xã hội. Hầu hết là những nội dung tư vấn của những người mắc chứng tự kỷ chức năng cao hay những người mắc hội chứng rối loạn tự kỷ. Đa số những người này có khả năng tri thức và ngôn ngữ tốt hoặc các năng lực này xuất chúng nên họ không được gia đình và những người xung quanh hiểu cho rằng họ có khiếm khuyết. Thế nên họ là những người không được nhận sự quan tâm cũng như hỗ trợ đặc biệt nào mà vẫn phải học chương trình giáo dục cùng với trẻ

bình thường ở cùng độ tuổi. Trong số những người bị khiếm khuyết này cũng có những người tốt nghiệp các trường đại học danh tiếng, xin được việc làm, phải chịu đựng những vất vả gian khổ để làm việc. Trong khi đó có rất nhiều người (chắc chắn là con số này không hề nhỏ) phải bỏ cuộc giữa chừng và rất đau khổ vì điều ấy. Cũng có những người không chịu bỏ cuộc và tìm cách xin công việc khác. Nhưng ngược lại, có nhiều người trở nên tuyệt vọng không và bao giờ muốn đi làm lần thứ hai nữa.

Những người này hầu như đều có một điểm chung. Họ muốn nói: “Chúng tôi khác với các bạn, chúng tôi mong các bạn chấp nhận sự khác biệt đó”, rằng: “Chúng tôi mong các bạn thấu hiểu về chúng tôi”, “Chúng tôi mong các bạn hiểu chúng tôi hơn là những hoạt động hỗ trợ”, “Nếu các bạn không thể hiểu được chúng tôi, xin các bạn đừng hỗ trợ chúng tôi”. Trong số những người ấy có những người còn nói rằng: “Chúng tôi mong các bạn hiểu được rằng chúng tôi cảm thấy khổ sở thế nào khi phải ở gần những người không hiểu được chúng tôi”.

Tôi bất giác không thể không nhìn lại mình và những người xung quanh đồng thời hiểu rằng những cô nuôi hay các giáo viên cũng như những bạn bè trong lớp hoặc người dân nói chung không thấu hiểu được những người khiếm khuyết ấy chúng ta đã và đang làm họ thấy tổn thương đến mức nào. Chỉ những ai hiểu

được thế giới của những người bị tự kỷ hoặc văn hóa của họ mới có đủ tư cách để chỉ trích họ mà thôi.

Chỉ khi nào những người bị tự kỷ được bạn bè và người xung quanh thấu hiểu, họ mới thấy yên tâm và cố gắng học tập, trau dồi các kỹ năng sống cùng với những người khác. Có điều họ không thể có được sự kết nối với thế giới của chúng ta từ phía họ. Nếu các bạn chỉ nghĩ rằng điều này phụ thuộc vào sự cố gắng và nỗ lực của họ thì đây là một cách nghĩ vô cùng sai lầm. Tuy nhiên, nếu chúng ta nỗ lực, chúng ta có thể hiểu được thế giới của những người bị tự kỷ và có thể đón nhận họ. Tôi chỉ muốn các bạn hiểu rằng thế giới mà ta đang sống và thế giới của những người bị tự kỷ rất khác nhau. Nếu có được sự hợp tác từ những người xung quanh, nhiều người trong số họ có thể phát huy được khả năng phi thường của mình cũng như có thể sống một cách đầy năng nổ và hoạt bát.

Truyền đạt đến những người bị bệnh tự kỷ và những người xung quanh ra sao?

Chúng ta cần phải biết rằng những đứa trẻ đã từng phải trải qua thời thơ ấu vất vả như thế. Dù vẫn trong thế giới của căn bệnh tự kỷ song họ mong có được nhà trẻ, trường mẫu giáo, trường học nơi họ được chơi và học tập cùng với bạn bè. Khi những đứa trẻ



này lớn lên, họ mong muốn có một xã hội sẵn sàng chấp nhận những đặc tính riêng của người mắc bệnh tự kỷ để họ có thể được sống trong xã hội ấy. Để làm được điều đó, chúng ta cần phải nghĩ một cách nghiêm túc về vấn đề sống chung với những người bệnh này dựa trên những hiểu biết thích hợp ngay từ sớm. Trước hết, điều quan trọng là bố mẹ, gia đình, thầy cô và bạn bè cần phải hiểu về những đặc điểm của người tự kỷ để có thể đón nhận họ.

Khi những đứa trẻ mắc bệnh tự kỷ phải đến nhà trẻ, trường mẫu giáo, thầy cô có thể yêu cầu những người xung quanh hoặc thậm chí yêu cầu những đứa trẻ khác thế này: “Bé X lần đầu tiên đi học ở nhà trẻ. Chính vì thế tôi mong mọi người hãy bảo vệ bé. Bé X không cần bạn bè phải làm giúp cho mình nhiều thứ. Bé cũng không cần thầy cô giáo làm cho mình nhiều. Vậy nên các thầy cô giáo hãy lắng nghe những điều bé nói. Tôi mong mọi người hãy cùng hợp tác giúp đỡ cho bé X”.

Tôi cho rằng ngay cả các thầy cô giáo cũng không nhất thiết phải mang tư tưởng là mình phải dạy cho đứa trẻ bị mắc bệnh tự kỷ biết cách làm tốt và chần chu một việc nào đó trước khi ra trường. Khi trẻ đi học tiểu học, nếu chúng ta biết được đặc tính

của đứa trẻ này chúng ta có thể nói điều ấy với các bạn trong lớp, chỉ cần như vậy là được rồi. Các thầy cô giáo chỉ cần giải thích một cách nhẹ nhàng như: “Các em đều biết bạn Y làm toán rất nhanh đúng không? Thế nhưng bạn ấy lại không giỏi trong một số lĩnh vực khác”. Tuy nhiên trong những trường hợp như vậy, giáo viên cần phải được sự đồng ý của bản thân trẻ tự kỷ cũng như gia đình của các em.

Lấy những trò chơi hay vận động làm ví dụ, chúng ta có thể thấy những đứa trẻ bị tự kỷ này rất giỏi trong các trò chơi một mình giống như tìm các quân bài giống nhau, chơi ghép hình, chạy bền, bơi hay chơi một mình trên bạt nhún. Tuy nhiên, những đứa trẻ bị mắc bệnh tự kỷ không giỏi chơi cùng mọi người trong những trò chơi cần phải biết suy luận về những hoạt động ứng biến của người chơi cùng như trò chơi đóng giả, trốn tìm hay bóng ném... Ngay cả trong việc học tập ở trường cũng vậy, giáo viên phải luôn biết nhấn mạnh sở trường của những đứa trẻ này như việc chúng rất giỏi trong việc luyện tập viết chữ hoặc không mấy khi nhầm lẫn trong việc tính toán. Sau khi giáo viên nhấn mạnh về sở trường của học sinh đó rồi mới nhẹ nhàng nói rằng có điều em chưa giỏi ở lĩnh vực này hay lĩnh vực kia em vẫn chưa hiểu rõ. Trong những lúc như vậy, chúng ta không cần thiết phải sử dụng những từ ngữ như em ấy bị khiếm khuyết điều gì đó.

Bên cạnh với việc nói cho chính đứa trẻ hiểu vấn đề, cha mẹ hoặc giáo viên cũng nên nói những điều này với bạn bè của trẻ hoặc mọi người trong lớp: “Bé K từ khi sinh ra đã có những vấn đề này rồi. Vậy nên mọi người hãy giúp cho bé nhé”. Chỉ cần nói như vậy là các học sinh tiểu học đều có thể hiểu được. Chúng ta chỉ cần nói với các trẻ theo cách như thế này là được: “Các con hãy cố gắng hiểu và chơi cùng bạn V nhé. Các con hiểu và giúp đỡ bạn ấy chắc hẳn bạn ấy sẽ thấy vô cùng hạnh phúc. Và bạn ấy sẽ có thể làm được nhiều thứ hơn. Vậy nên sự hợp tác và giúp đỡ của các con quan trọng lắm! Cô trông cậy vào các con đấy nhé!”

Chuyện xảy ra khá lâu. Khi đó tôi cũng đã từng nhờ các giáo viên trong trường nói những điều như thế với học sinh. Cũng có những giáo viên làm rất tốt. Nhưng thoát đầu, thường là các thầy cô giáo sẽ chỉ đạo, ra lệnh cho học sinh. Khi đó ta sẽ nhận thấy rõ thái độ của học sinh khi phải nghe theo lệnh chỉ thị của thầy cô và thái độ của học sinh khi được thầy cô nhờ. “Cô nhờ các con đấy nhé!”, đó là việc cô giáo nhờ vào sự hợp tác của học sinh. Nếu học sinh hợp tác và giúp đỡ thì cậu bạn N cảm thấy yên tâm học tập, làm mọi thứ tốt hơn và sẽ thấy vui vẻ hạnh phúc hơn. Chỉ cần thầy cô giáo nhờ cậy bọn trẻ như vậy là được.

Tôi có một kỉ niệm không thể nào quên. Đó là việc một cậu bé học sinh nghịch ngợm và quậy phá nhất lớp lại là người giúp đỡ

bạn bị bệnh tự kỷ nhiều nhất. Đó là khi cậu bé này thực sự cảm nhận rằng mình đang được nhờ cậy. Và cũng bởi cậu bé này có phần tính cách đại ca nên cậu rất ghét người nào có ý định trêu chọc người bạn bị bệnh tự kỷ. Trong suốt quá trình làm việc lâu dài của mình, tôi thấy có hai trường hợp như thế này. Các thầy cô giáo không nói với bọn trẻ rằng các con phải làm thế này phải làm thế kia mà họ dùng cách nói là thầy cô thấy các con có thể tin tưởng được nên muốn nhờ các con điều này. Khi nhờ bọn trẻ hãy dùng cách nói này để bọn trẻ cảm nhận được và sẽ cùng hợp tác. Trẻ ở bậc tiểu học hoàn toàn có thể hiểu được điều ấy.

Tại trường đại học nơi tôi làm việc cũng có một số sinh viên bị bệnh tự kỷ chức năng cao hoặc hội chứng rối loạn tự kỷ. Các nhân viên trong trường và những sinh viên phải giao tiếp nhiều với nhau nên nếu các nhân viên trong trường không hiểu được những đặc tính cũng như tính chất của người mắc bệnh tự kỷ mọi việc sẽ trở nên khó khăn. Vì thế chúng tôi phải giải thích với các nhân viên trong trường một cách hết sức cặn kẽ là sinh viên đó bị mắc chứng bệnh tự kỷ chức năng cao nên họ sẽ có những cách cư xử riêng. Và chúng tôi đề nghị các nhân viên trong trường không sử dụng cụm từ “không được phép làm như thế” mà nói với những sinh viên này theo kiểu “làm như thế này mới được”.

Trong một số trường hợp cần thiết phải nói điều này với các bạn trong lớp nên đôi khi chúng tôi cũng đến để giải thích với sinh viên trong lớp. Chúng tôi đã đề nghị những người bạn cùng nhóm thực hành với người mắc bệnh tự kỷ cũng như những người xếp phía trước và phía sau người bệnh trong danh sách lớp hiểu về sinh viên mắc chứng tự kỷ. Chúng tôi nói với các bạn trong lớp của họ rằng: “Nếu như các bạn có thể hợp tác thì cuộc sống đại học của bạn J sẽ diễn ra vô cùng êm ả và có thể gắn kết với tương lai của bạn ấy. Các bạn là những người có thể nhờ cậy được mà.”

Về cơ bản con người là như vậy đấy. Thay bằng việc ra lệnh chỉ cần nói rằng mong người ta làm việc này giúp cho mình thì hầu như họ đều hiểu. Nếu như những người xung quanh thấu hiểu cho người bệnh như thế cả hai bên sẽ hiểu nhau hơn. Kết quả là thái độ thích nghi của những người mắc bệnh tự kỷ chúc năng cao sẽ tốt hơn. Đây là điều mà tôi mong các bạn hiểu được.



Chương 7

Thực tế của việc chăm sóc và giáo dục trẻ khuyết tật phát triển





Những đứa trẻ khó chia sẻ cảm xúc

Sau đây tôi xin được chia sẻ cụ thể hơn về những điều chúng ta cần phải lưu ý trên thực tế khi chăm sóc và dạy dỗ những đứa trẻ có đặc trưng của bệnh tự kỷ.

Những đứa trẻ tự kỷ lại là những đứa trẻ khó chia sẻ cảm xúc. Trẻ không nhìn vào mắt người nói chuyện, gọi tên cũng không thấy ngoảnh lại. Kể cả khi có tác động gì đến trẻ cũng không mấy khi thấy trẻ phản hồi. Trẻ có phản ứng bám người khác thậm chí cũng không cảm thấy bất an hay ngưng ngừng. Phản ứng của trẻ khác với nỗi sợ thông thường, thứ phản ứng không biểu cảm, là những đặc trưng lớn của trẻ bị tự kỷ khi còn nhỏ.

Những đứa trẻ này khi bị lạc cũng không hề khóc hay cảm thấy bất an. Bởi lẽ chúng còn không hiểu bị lạc là gì. Vậy rốt cuộc những đứa trẻ này đang cảm nhận thấy điều gì? Tại sao chúng lại như vậy? Tại sao chúng lại không nghĩ như thế? Sẽ có rất nhiều câu hỏi tại sao được đặt ra với trẻ.

Gần đây người ta không đánh giá các mức độ như bệnh tự kỷ, có tính tự kỷ, xu hướng tự kỷ. Bởi không có sự khác nhau nhiều

và mọi thứ diễn ra liên tục nên người ta gọi nó với cái tên rối loạn phổ tự kỷ (dải liên tục). Chính vì vậy trong khi các bạn tiếp xúc với các cháu bé ở nhà trẻ hay trường mầm non nếu bạn cảm thấy có bé nào hơi lạ lùng một chút thì chúng ta cũng không cần phải phán đoán xem bé đó bị mắc bệnh tự kỷ hoặc có yếu tố tự kỷ, hay có xu hướng tự kỷ nữa. Chỉ cần bạn cảm thấy bé đó khó chia sẻ cảm xúc thì bạn có thể nghi ngờ bé mắc bệnh tự kỷ. Điều này là vô cùng quan trọng.

Nếu có trẻ tự kỷ ở nhà trẻ hay tại trường mẫu giáo nơi các bạn đang làm việc, các bạn hãy để ý đến các bé đó. Có phải bé ấy chỉ làm những việc hàng ngày cần phải làm, có phải bé chỉ lặp đi lặp lại những công việc ấy không? Những việc đó khiến trẻ tự kỷ thấy yên tâm. Có điều nếu chúng chỉ lặp đi lặp lại một công việc như thế thì chúng sẽ không thể phát triển lên được.

Trong trình tự cuộc sống một ngày nếu như có việc gì đó bắt buộc phải làm thì ta phải dạy cho trẻ từng việc từng việc một. Quan trọng là ở chỗ nội dung truyền giảng cho trẻ cũng cần phải được thay đổi cho phong phú thêm từng chút một. Việc làm một điều gì đó cùng với tất cả mọi người khi chăm sóc hòa nhập hay giáo dục hòa nhập không giúp gì cho trẻ tự kỷ cả. Đứa trẻ phải gắng sức miệt mài làm theo mọi người sẽ khiến cho trẻ cảm thấy thêm bất an và thường mang lại kết quả không tốt. Gia đình của

trẻ tự kỷ thường mong cho con mình được sinh hoạt cùng với những đứa trẻ khác. Điều đó cũng xuất phát từ việc họ kỳ vọng rằng con họ giống như những đứa trẻ khác. Thế nhưng, nếu ta càng yêu cầu trẻ tự kỷ làm những thứ giống với các bạn khác, nó lại phản tác dụng khiến cho đứa trẻ cảm thấy bất an nhiều hơn.

Vậy nên chúng ta hãy để cho trẻ học được cách làm theo những thói quen và công việc giao hàng ngày trong phạm vi chúng có thể làm tốt. Cuối cùng là ngay tại trong các nhà trẻ hay trường mẫu giáo, ta cần phải xây dựng một chương trình riêng cho những trẻ bị tự kỷ. Trẻ tự kỷ sẽ thực hiện tất cả những thói quen hàng ngày và những việc được giao trong ngày cùng với các bạn khác trong lớp. Ngoài những thời gian ấy chúng ta không nên ép trẻ. Chúng ta có thể cho trẻ chơi cùng bạn hoặc nếu trẻ thấy chơi cùng bạn là điều khó khăn trẻ cũng không nhất thiết phải làm điều đó. Trẻ có thể tự do đến góc chơi mà mình yêu thích, có thể đến phòng cô hiệu trưởng thậm chí có thể chơi xích đu. Ta chỉ cần tạo cho trẻ thứ mà trẻ cảm thấy ổn định là được.

Vậy làm thế nào chúng ta có thể xây dựng được một chương trình riêng quan tâm đến trẻ tự kỷ? Tiếp sau đây chúng ta sẽ cùng điểm từng vấn đề một.

Cách nói khẳng định khi muốn truyền đạt điều gì

Đối với trẻ tự kỷ trong bất kỳ tình huống nào chúng ta cũng phải nói với trẻ bằng cách nói khẳng định như: “Cùng làm việc này nhé”. Chúng ta sẽ không thể truyền đạt được ý nghĩa câu nói nếu chúng ta dùng cách nói phủ định: “Con không được làm việc ấy”. Nếu các bạn muốn trẻ ngừng nghịch nước cách truyền đạt không ngoan nhất là nói cho trẻ biết trẻ cần phải làm gì tiếp theo, trẻ có thể làm gì trong phạm vi cho phép, các bạn muốn trẻ làm việc gì ví dụ như: “Con chơi xếp hình đi” hoặc “Con chơi xích đu nhé” thay cho cách nói “Con dừng ngay việc nghịch nước lại!”.

Khi cần truyền đạt cụ thể một điều gì chúng ta cố gắng không dùng ngôn ngữ nói (trong tương quan với ngôn ngữ viết). Trẻ có thể nói được ngôn ngữ nói không có nghĩa là trẻ có thể hiểu được những điều mà chúng ta nói với bé. Chúng ta nên truyền đạt cho những đứa trẻ này qua kênh thị giác hơn là thính giác ví dụ như chuyển tải qua chữ viết. Nếu có thể các bạn hãy đưa ra những bức tranh đơn giản, nó sẽ giúp trẻ hiểu tốt hơn.

Bạn không được nói với trẻ tự kỷ cách nói thể hiện cảm xúc và thái độ như kiểu: “Sao con lại làm như thế?” hay “Phải nói bao nhiêu lần nữa thì con mới hiểu đây?”... Cách nói này là tệ nhất. Khi



đứa trẻ phải nghe như vậy, chúng không những không hiểu gì mà trong trẻ sẽ hằn lại ký ức về một cảm giác phủ định rằng bản thân mình không ra gì.

Tóm lại, chúng ta muốn sửa chữa những điểm chưa được và nói ra những lời phủ định. Khi sử dụng những ngôn ngữ nói thông thường chỉ cần các bạn nói với giọng ôn hòa, cụ thể, ngắn gọn nhưng nhất thiết là phải mang tính khẳng định. Nếu có thể, bạn hãy viết ra giấy để có thể nhìn và hiểu được bằng mắt thường. Tôi nghĩ đây là một số nguyên tắc cơ bản rất quan trọng để nuôi dạy những đứa trẻ bị tự kỷ.

Coi trọng nếp sống trong việc nuôi, chăm sóc và giáo dục trẻ tự kỷ

Như tôi đã từng đề cập trước đây, đặc tính lớn nhất của người mắc bệnh tự kỷ là việc họ dùng mắt để nhìn, hiểu cũng như ghi nhớ từng thứ một. Việc để cho một đứa trẻ mắc bệnh tự kỷ hiểu ý nghĩa của những thứ chúng không thấy được là một điều vô cùng khó khăn. Tôi mong các bạn biết được rằng trẻ tự kỷ rất yếu trong

việc gắn ý nghĩa vào những thông tin mà chúng không nhìn thấy được như ngôn ngữ nói.

Cũng có thể đó là do khả năng tưởng tượng của trẻ mắc bệnh tự kỷ rất thấp nên khá nhiều người lớn cũng như trẻ em mắc chứng bệnh này cảm thấy khổ sở bởi những điều xảy ra không trong dự định hay không như họ dự đoán. Tôi cho rằng họ gặp phải khó khăn lớn bởi họ không biết nên làm gì, phải đối ứng thế nào cho phù hợp. Một đặc tính của họ là có thể yên tâm sinh hoạt và học tập trong một môi trường có mọi kế hoạch được thông báo trước rõ ràng.

Chính vì vậy, nếu chúng ta biến những việc họ cần phải làm trong cuộc sống hàng ngày và những thói quen họ muốn duy trì thành các thông tin cụ thể và trực quan, việc truyền tải ý nghĩa sẽ dễ dàng hơn.

Thói quen và những việc cần phải làm hàng ngày hay lịch trình làm việc cần phải được thông báo trước cho người bị tự kỷ để họ có thể nhìn và xác nhận bằng mắt. Tôi mong các bạn coi đây là điều cơ bản đầu tiên trong việc chăm sóc trẻ tự kỷ hàng ngày. Sau đây tôi sẽ kể một số ví dụ đã được thực hiện tại các nhà trẻ để các bạn hiểu người ta đã truyền đạt những công việc đã được quy định sẵn cho trẻ tự kỷ ra sao.



Khi trẻ đến trường, trước tiên trẻ phải thay quần áo. Khi dạy trẻ thay quần áo, điều quan trọng là ta phải hướng dẫn trẻ thay quần áo tại một góc luôn cố định. Nếu ta dán một bức tranh hình chiếc áo sơ mi ở góc thay quần áo chỉ cần đi đến đây trẻ đã có thể chuẩn bị tâm lý để thay đồ nên các cô giáo có thể dễ dàng dạy cho trẻ về việc thay quần áo.

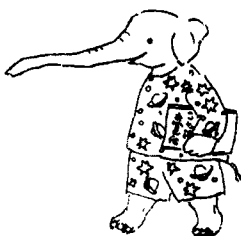
Giờ đến việc luyện cho trẻ cách sử dụng nhà vệ sinh. Các cô giáo chỉ cần nói ngắn gọn: “Đi vệ sinh nào” và cho trẻ xem tấm thẻ vẽ nhà vệ sinh. Ở cửa nhà vệ sinh chúng ta cũng gắn sẵn một thẻ giống như tấm thẻ chúng ta đã cho trẻ xem lúc trước. Đó là cách dễ dàng để chúng ta dạy trẻ.

Trong những buổi đầu dạy trẻ, nếu chúng ta không đưa trẻ vào đúng nơi quy định mọi chuyện sẽ không được như ý. Chúng ta sẽ quy ước trước với trẻ rằng trẻ đi vệ sinh ở ngay buồng đầu tiên hoặc ở buồng vệ sinh thứ hai. Có những đứa trẻ chỉ có thể đi vệ sinh ở buồng cố định thậm chí kể cả khi buồng bên cạnh trống trẻ cũng không vào.

Nếu bạn định cố ép trẻ đi vào buồng vệ sinh bên cạnh, bạn sẽ khiến cho trẻ bấn loạn và không hiểu gì hết. Dẫu cho bạn dạy trẻ

có thể đi vệ sinh vào bất cứ buồng nào và mỗi lần bạn lại dẫn trẻ đi vào một buồng vệ sinh khác nhau, chắc chắn trẻ sẽ không học được cách tự đi vệ sinh. Trẻ sẽ học được rất nhanh nếu bạn quy ước với trẻ rằng: “Con sẽ đi vệ sinh vào buồng vệ sinh này, bé P nhé!”. Đối với chúng ta buồng vệ sinh nào cũng như nhau. Nhưng đối với những đứa trẻ này chúng cảm nhận khác. Chúng ta không biết được những đứa trẻ này cảm nhận sự khác nhau đến đâu, nhưng sẽ tốt hơn nếu ngay từ đầu ta rèn cho trẻ biết sử dụng một buồng vệ sinh cố định rồi sau đó mới để trẻ có tâm lý thử dùng buồng vệ sinh bên cạnh.

Đối với trẻ việc đi dạo là một trong những công việc hàng ngày mà chúng luôn mong chờ. Trên thực tế, người lớn chúng ta có thể dùng nhiều cách nói đơn giản như “Đã đến giờ đi dạo rồi!”, “Đi dạo thôi nào!”, “Chúng mình cùng đi dạo nhé!” hay “Đi dạo! Đi dạo!”. Chúng ta nói thế và trẻ hiểu được là ổn. Tuy nhiên nếu trẻ không hiểu được thì đúng là khó có thể nói cho chúng thông được. Trước hết, các bạn hãy tạo thói quen bằng cách dùng những từ ngắn gọn “Đi dạo nhé!” đồng thời cho bé xem bức tranh vẽ đôi giày rồi dẫn bé đi ra ngoài. Làm như vậy đứa trẻ sẽ hiểu được ý nghĩa của từ “đi dạo”. Những đứa trẻ bị tự kỷ sẽ dễ hiểu vấn đề khi bạn đưa cho trẻ một cặp đối ứng mà trẻ có thể xác nhận được bằng mắt.



Khi có nhiều cung đường đi dạo khác nhau, trước hết bạn cần phải vẽ cung đường ấy bằng tranh hoặc ảnh. Việc thông báo trước cho trẻ cung đường đi dạo ngày hôm đó qua tranh hoặc ảnh là điều rất quan trọng. Chỉ riêng việc đưa trẻ đó phải thay đổi cung đường đi dạo khác với mọi khi cũng là một sự khó khăn lúng túng lớn của trẻ. Đối với chúng ta việc thay đổi một cung đường đi dạo không có gì là ghê gớm, thậm chí việc thay đổi không báo trước mới tạo cho chúng ta cảm giác thích thú về một điều mới lạ, song với những đứa trẻ này đó là một điều kinh khủng.

Ngoài ra chúng ta cũng cần lưu ý đến giờ chơi đóng giả của trẻ tự kỷ. Những đứa trẻ này khó có được một thế giới tưởng tượng, và một đặc điểm của chúng là khả năng tưởng tượng rất kém. Ví dụ như trẻ vừa hát “Cặp kính chuẩn chuẩn – cặp kính xanh lá – bay trên trời xanh.” vừa dang rộng cánh tay chạy vòng vòng chơi. Những đứa trẻ bình thường tưởng tượng mình là một con chuồn chuồn đang dang rộng tay để chạy. Trong khi đó những đứa trẻ tự kỷ không bao giờ có ý coi mình là cái gì đó hay giả vờ làm một điều gì đó. Nếu ai đó bắt những đứa trẻ tự kỷ này giang rộng tay

làm gì đi chẳng nữa thì chúng cũng chỉ nghĩ những hành động ấy quá ư là tẻ nhạt.

Những đứa trẻ bình thường chỉ cần dang tay ra là có thể trở thành một chú chuồn chuồn hoặc trở thành một chiếc máy bay. Khi chúng trèo lên một chiếc xe đạp 3 bánh, chúng có cảm giác mình là người lái tàu siêu tốc Shinkansen. Thời tôi còn bé, chỉ cần kẹp thanh tre vào giữa hai chân thế là tôi nghĩ mình đang cưỡi ngựa. Thế nhưng những đứa trẻ bị tự kỷ này chỉ nhìn những thanh tre đơn thuần là thanh tre mà thôi. Chắc hẳn chúng sẽ nhìn chúng tôi với vẻ mặt ngạc nhiên “Không hiểu đứa bé kia đang làm gì vậy nhỉ”.

Trong các buổi biểu diễn văn nghệ chúng ta sẽ hiểu thêm về sự khác nhau này. Những đứa trẻ bình thường sẽ nói cháu diễn vai A, bạn kia diễn vai B và tưởng tượng diễn xuất mà mình được phân vai. Trẻ tự kỷ không có được điều này. Chính vì vậy dẫu có giao cho những đứa trẻ này những vai diễn trong buổi văn nghệ đi chẳng nữa thì trẻ cũng không thể làm được điều gì trong mạch liên tục của vở kịch. Nhưng đó là điều chẳng thể nào khác được. Không phải vì thế mà không được cho trẻ tự kỷ tham gia buổi văn nghệ hay không nên cho trẻ tham gia. Có điều nếu như chúng thấy trẻ khổ sở hoặc thấy bất an quá thì chúng ta không nên bắt ép trẻ phải tiếp tục tập nữa. Các bạn cũng nên có cách suy nghĩ này

trong các buổi chơi mô phỏng hay trong các buổi biểu diễn dành cho bọn trẻ.

Ở nhà trẻ, người ta có quy định giờ ngủ. Các giáo viên cũng muốn trẻ có được nếp ngủ trưa. Và thế các cô giáo liền dẫn trẻ ra chỗ cái chăn và bảo “Chăn của bé X ở đây này. Con thay bộ đồ ngủ đi rồi ra đây nằm nghỉ một lát”. Những lúc như vậy chúng ta không nên thay đổi chỗ để chăn của trẻ và cũng nên quy ước trước là trẻ sẽ nằm cạnh bạn nào. Nếu như ngày nào ta cũng lặp lại được điều này cũng có một số đứa trẻ đã hình thành được nếp ngủ trưa.

Tuy nhiên những trẻ bị tự kỷ không ngủ trưa. Chúng ta có thể cố tình đánh thức những trẻ lơ đãng buồn ngủ chứ khó có thể bắt đứa trẻ không buồn ngủ đi ngủ. Không buồn ngủ mà lại bị ép phải chui vào trong chăn thì đó cũng là một điều rất khổ sở đối với trẻ bị tự kỷ. Có một phương pháp khác là tạo thành một thói quen rằng nếu như trẻ đó không buồn ngủ, bạn có thể đưa bé ra một góc để không làm ảnh hưởng đến giấc ngủ của các bạn khác rồi cho bé lặng lẽ chơi trò gì đó.

Trẻ tự kỷ lúc nào cũng có trạng thái ảo giác quá. Giống như giấc ngủ của những loài động vật yếu ớt lúc nào cũng phải canh chừng, giấc ngủ của trẻ tự kỷ nông và chúng hay giật mình tỉnh giấc. Dù thời gian ngủ của chúng không được dài nhưng chúng

chẳng buồn ngủ cứ mở mắt ra là chúng lại bắt đầu hoạt động. Hầu như không có trường hợp nào trẻ ở trong trạng thái lơ đãng khi mới ngủ dậy. Hễ mở mắt là chúng lập tức tham gia ngay vào mọi hoạt động. Hầu như chúng không ngủ trưa ở nhà trẻ. Khi các bạn định đưa giờ ngủ trưa vào hoạt động hàng ngày của trẻ bạn cần phải biết được rằng những đứa trẻ này không muốn ngủ như những đứa trẻ khác.

Những đứa trẻ bị tự kỷ thường có những hoạt động không mấy thích ứng với hoàn cảnh trong giờ nghỉ. Lý do rất đơn giản. Bởi chúng không biết chúng cần phải làm gì. Nếu bạn nói với chúng rằng con hãy làm những việc con thích thì chúng sẽ hỏi “Việc con thích là gì ạ?” Nếu bạn bảo với bé là “Con thích làm gì thì con làm” là lại khiến bé không hiểu mình cần phải làm gì. Cách nói như vậy là cách nói của những người không hiểu gì về những đứa trẻ này.

Ngay từ đầu, giáo viên nên hỏi mẹ của trẻ xem các việc bé hay làm là gì, hay những điều gì làm bé thích. Và thế là trong giờ nghỉ, giáo viên có thể xếp 3 hình vẽ hoặc bức tranh cho bé chọn: “Con có thể làm một trong số những việc này”. Nếu ta xếp quá nhiều cho bé chọn, bé sẽ thấy lúng túng. Việc nói với trẻ “Hãy chơi tự do” hay “Con làm việc con thích là được” sẽ ổn cho những trẻ biết tự mình vạch ra nhiều kế hoạch và hành động ngay ở thời điểm đó.

Tuy nhiên với những trẻ tự kỷ, chúng không có khái niệm “tự do” nên nếu người ta bảo chúng: “Ra kia chơi trò nào con thích” sẽ chỉ khiến cho trẻ thấy lúng túng khó hiểu mà thôi.

Cuộc sống hàng ngày ở nhà trẻ hay trường mầm non thường có những kế hoạch và lịch trình trước. Nhưng đôi khi cũng có những lúc phải thay đổi lịch đột xuất. Ví dụ như hôm nay cô giáo nghỉ làm. Khi đó, thật khó để dạy cho trẻ tự kỷ biết rằng: “Cô của con hôm nay nghỉ”. Vậy ta hãy dùng cách nói: “Hôm nay ta có cô giáo này” thì sẽ dễ nói và thông báo cho trẻ hiểu. Ví dụ như thay ảnh cô giáo dạy thay vào chỗ vẫn dán ảnh cô giáo mọi khi, trẻ tự kỷ sẽ hiểu là có người mới đến.

Trẻ tự kỷ xác nhận và hiểu mọi thứ bằng thị giác. Đây là một khả năng rất mạnh của trẻ. Năng lực nhớ như in những gì chúng đã quan sát này tốt hơn nhiều so với những đứa trẻ bình thường khác. Ngược lại khả năng nghe và lý giải ý nghĩa ngôn ngữ của trẻ tự kỷ lại kém hơn. Năng lực lý giải và hiểu những điều chúng không thể nhìn thấy được lại càng yếu hơn nữa. Bởi vậy, dù là bất cứ điều gì đi chăng nữa, việc quan trọng đầu tiên là ta phải dùng tranh ảnh để truyền tải những thứ có thể xác nhận bằng mắt cho trẻ hiểu.

Ôn tồn, lặp lại, không vội vàng

Sau đây tôi xin kể về một thiếu niên bị mắc tự kỷ nặng, bị thiếu năng trí tuệ và chỉ nói được những từ rời rạc mà tôi đã gặp trong một thời gian dài tại trung tâm phục hồi chức năng tổng hợp thành phố Yokohama.

Có lần tôi nói với mẹ cậu rằng: “Cậu thiếu niên này rất nghiêm túc trong mọi việc nên nếu chúng ta cố gắng bền bỉ lặp đi lặp lại dạy cho cậu thành thói quen làm những việc không quá sức (quá khả năng) cậu ấy có thể được tận hưởng thật nhiều niềm vui”. Thời gian đầu tuy bà mẹ có nói: “Nếu là việc nhà tôi sẽ làm nhanh hơn và sạch hơn” nhưng rồi bà cũng vẫn bắt đầu dạy cho thiếu niên đó cách làm việc nhà.

Nghe nói trước hết bà mẹ này dạy cho cậu ta việc buổi sáng ngủ dậy đầu tiên là phải mở cửa sổ, tiếp đó là đi lấy từ hòm thư báo và mang sữa vào nhà. Cậu sẽ đặt tờ báo lên bàn ăn và để sữa vào trong tủ lạnh. Bà mẹ ôn tồn chỉ cho cậu con những việc sau đó là đi rửa mặt, vệ sinh cá nhân, ăn sáng xong rồi đến trường. Vậy là tuy có chậm một chút song cậu ta đã có thể vừa đi học trường dưỡng hộ lại vừa hình thành được thói quen giúp đỡ việc nhà cho mẹ. Sau này khi gặp lại hai mẹ con họ, bà mẹ có nói: “Việc dạy cho



con trở nên thú vị hơn” và bà cũng kể cho tôi nghe về cuộc sống sinh hoạt của cậu ấy.

Sau khi cậu bé đi từ trường về nhà trước tiên hai mẹ con cùng ăn quà do mẹ cậu chuẩn bị trước. Sau đó cậu thiếu niên chọn một bản nhạc mình yêu thích và cùng mẹ thưởng thức trong một chốc lát. Nếu cậu thoải mái đôi khi cậu cũng cùng mẹ đi mua sắm. Những ngày không đi mua sắm cậu dành nhiều thời gian để chơi trò xếp hình và chơi thủ công. Đến chiều tối là thời gian mẹ cậu chuẩn bị bữa tối. Tuy nhiên nếu là những món mà mình thích hoặc cậu biết cách làm thì cậu thích được làm một mình hơn là giúp đỡ mẹ.

Cứ như vậy dần dần thiếu niên này nhớ được những công việc mà mẹ vẫn thường làm. Cậu biến việc dọn dẹp nhà cửa, giặt giũ quần áo, chuẩn bị bồn tắm và nhiều công việc khác nữa thành sân chơi, nơi cậu rất thành thạo. Bà mẹ nhìn con mình như vậy cười buồn nói với tôi: “Nếu như ta dạy cẩn thận cho trẻ thì ngay cả đến những trẻ bị bệnh tự kỷ cũng có thể làm những công việc nhà phức tạp và cầu kì”.

Cuối cùng thì thiếu niên nọ đã biết dậy sớm cùng với mẹ cùng chuẩn bị ăn sáng. Thực đơn ăn sáng của cậu khá đơn giản nhưng đó là những món sở trường của cậu. Cậu làm tốt cả những món ăn của Nhật và món Âu và ông bố rất thích món súp Miso do cậu nấu. Điều mà ông thấy tuyệt vời nhất là: “Vị của các món ăn không thất thường”. Cậu ấy bắt đầu thừa hưởng được tính khéo léo của bà mẹ, năng lực làm đồ thủ công của cậu tiến bộ rất nhanh. Trong cuộc thi triển lãm các tác phẩm thủ công do một gian hàng bán đồ thủ công của một siêu thị chủ trì, hàng năm cậu đều nhận được giải thưởng. Nghe nói cậu thiếu niên này cũng đã được nhận rất nhiều giải nhất.

Bà mẹ đã nói: Khi dạy cho đứa trẻ này “phải ôn tồn, nhắc đi nhắc lại và không được vội” cũng như “quan trọng là không được nói nhiều”.



Công việc tốt

Vừa mới hôm trước, tôi đã mời bà Toki Yoshiko – Giám đốc Trung tâm Bảo trợ người khuyết tật phát triển Okayama – đến giảng cho khóa học buổi tối tại trường đại học nơi tôi làm việc. Bà Toki nhẹ nhàng kể: “Đối với những người bị mắc bệnh tự kỷ, quá trình học tập đơn thuần không đảm bảo được cho tương lai của họ. Điều quan trọng là chúng ta phải giúp họ xây dựng được lòng tự tôn cũng như cảm giác khẳng định được bản thân”. Những người hỗ trợ cho người tự kỷ lớn tuổi thực sự cảm nhận được điều này.

Trước đây, chúng ta đã chăm sóc và dạy dỗ những người tự kỷ chức năng cao và những người mắc mà lại thiếu đi sự hiểu biết thích hợp đối với họ. Kết quả là họ được chăm sóc và lớn lên trong một cảm giác mặc cảm, tự ti, phủ định bản thân mình. Đó là cách chăm sóc và dạy dỗ kiểu như: “Tại sao những việc như thế này con có thể làm được tốt mà những việc kia con lại không làm được như thế hả?”. Đó là cách chăm sóc và dạy dỗ không để ý đến những đặc tính tuyệt vời của con người ấy mà chỉ soi xét và muốn sửa những mặt chưa được của họ. Nhưng nếu các bậc phụ huynh sớm biết chấp nhận những khuyết tật của con mình và nhận được sự hợp tác của những người xung quanh để hỗ trợ cho đứa trẻ thì chắc chắn chúng có thể lớn lên và phát triển ổn định. Điều này đã được kiểm chứng qua thực tế.

Việc một đứa trẻ được cha mẹ đón nhận như nó vốn có kể ngay cả khi nó bị tự kỷ, mang một ý nghĩa quan trọng. Nếu đứa trẻ đó không bị cha mẹ rầy la, không phải chịu áp lực kỳ vọng quá của cha mẹ, chúng sẽ không đánh mất lòng tự tôn và cảm giác. Có một phụ huynh sau khi đưa con đến khám sức khỏe giai đoạn 1 tuổi rưỡi mới phát hiện ra con mình có nguy cơ mắc bệnh tự kỷ do đứa trẻ không nhìn vào người nói chuyện và có nguy cơ chậm nói. Vị phụ huynh này đã đưa con đến chỗ tôi. Tôi vẫn giữ liên lạc với phụ huynh này trong một thời gian dài và giờ đây đứa trẻ đã lớn lên thành một thanh niên trưởng thành.

Khi đứa trẻ này hơn 3 tuổi đột nhiên khả năng ngôn ngữ của con phát triển rất tốt. Vị phụ huynh đó nói với tôi rằng có lẽ những khiếm khuyết của con đã hết. Đứa bé này rất giỏi trong những trò chơi mảnh ghép hay xếp hình khối, có khả năng ghi nhớ rất tốt những gì đã nhìn thấy. Có điều khi đi học ở trường mẫu giáo nó lại rất khó chơi với bạn. Mỗi khi phải làm những việc gì cần đến năng lực tưởng tượng cũng như khả năng ứng biến tại chỗ là đứa trẻ cảm thấy rất khó khăn. Nó không thể hiểu nổi cách chơi đóng giả quỷ hoặc trò chơi trốn tìm.

Tôi đã phải chỉ ra cho vị phụ huynh đó về những bối cảnh như thế của đứa trẻ và nhắc đi nhắc lại cho cha mẹ trẻ hiểu rằng bệnh tự kỷ của trẻ không hề biến mất mà chỉ là đứa trẻ có được



một phần những năng lực tuyệt vời mà thôi. Về điều này ông bố có vẻ hiểu chậm hơn bà mẹ. Ông bố luôn nhắc đi nhắc lại những câu nói theo kiểu chủ quan đầy hi vọng như: “Việc con biết viết chữ và làm tính toán giỏi có giá trị hơn nhiều chuyện con không chơi cùng bạn. Việc con không biết chơi với bạn không phải là trở ngại. Sau này khi con lớn lên ra ngoài xã hội những thứ mà con học tập được sẽ giúp ích cho con hơn là những trải nghiệm chơi cùng chúng bạn”. Tuy nhiên người mẹ là người dành nhiều thời gian hàng ngày ở bên đứa con của mình nên bà rất hiểu về tình hình thực tế và đã chấp nhận sự thực là con mình có khuyết tật.

Đứa bé được nuôi lớn một cách thuận lợi, trở thành thanh niên tốt nghiệp đại học và đã xin được việc làm trong một siêu thị lớn. Thanh niên này đã làm việc thực sự tốt, anh ta làm việc rất nghiêm túc và cẩn mẫn– những đặc trưng của người tự kỷ. Kết quả là sau hơn 3 năm làm việc thanh niên này được chọn làm trưởng một cửa hàng sẽ được khai trương tại đô thị mới phát triển.

Người cha thực sự vui mừng vì điều này nhưng ngược lại bà mẹ thấy rất lo lắng. Từ trước tới nay thanh niên này chỉ cần làm việc nghiêm túc theo đúng những gì đã được quy định song giờ

đây thanh niên này cần phải tự mình ra quyết định và lên kế hoạch để duy trì cửa hàng cho phù hợp với địa phương ấy. Bà mẹ cố gắng hết sức nhắc đi nhắc lại điều này khi nói chuyện với con trai mình. Bởi lẽ bà mẹ rất hiểu những đặc tính của bệnh tự kỷ nên bà không muốn con mình phải khổ sở thậm chí là sẽ phải gặp những thất bại với công việc mới. Vậy nên bà mẹ muốn con mình không nhận công việc mới.

Theo nguyện vọng của bà mẹ và được sự đồng ý của chính thanh niên ấy, tôi đã đến tận công ty của cậu ta giải thích với những lãnh đạo ở công ty rằng cậu thanh niên này giỏi những việc gì và không thể làm được những việc gì. Tôi đã đề nghị họ để cậu thanh niên được làm việc ở những nơi có thể phát huy được đặc tính cẩn mẫn và nghiêm túc của cậu. Ngoài ra, những người tự kỷ rất giỏi trong việc làm đúng theo những công việc cụ thể nên hiện giờ là lúc để cho cậu thanh niên này tích lũy kinh nghiệm làm nhiều công việc như thế. Tôi cũng đề nghị lãnh đạo công ty rằng, sau này, khi người ta cảm thấy có thể kỳ vọng vào việc phát huy năng lực ứng dụng và tính ứng phó phù hợp với hoàn cảnh của cậu ta hãy cho cậu ta một chút chức vị để làm những việc mà tự cậu có thể quyết định được. Kết quả là chúng tôi đã nhận được sự thấu hiểu của công ty và những người xung quanh, đến tận bây giờ thanh niên này vẫn làm việc rất ổn.

Vượt qua thất bại để làm việc

Cậu thanh niên trong câu chuyện mà tôi sẽ kể tiếp theo đây cũng là một người tôi có giữ liên lạc khá lâu kể từ khi người này được đưa đi khám sức khỏe lúc 1 tuổi rưỡi.

Anh này là một thanh niên bị tự kỷ chức năng cao tuy đã tốt nghiệp trường đại học rất danh giá nhưng cậu đã thất bại nhiều lần trong các buổi phỏng vấn xin việc. Sau đó thanh niên này được nhận làm phụ xe bốc xếp hàng xe tải ở một công ty vận tải. Cuối cùng thì người ta cũng giao cho cậu lái và quản lý một xe tải cỡ trung. Tuy nhiên với đặc tính của thanh niên này, trước khi xuất phát cậu ta biết lộ trình và không đi đường khác ngoài cung đường này. Chính vì cậu ta không chạy ở cung đường khác kể cả khi đường bị tắc đến đâu khiến cho nhiều lần cậu bị trễ giao hàng so với giờ quy định khiến cho khách hàng phàn nàn nhiều. Sau đó cậu cũng bị công ty đuổi việc.

Thế là cậu thanh niên này quyết định mở công ty riêng. Bởi cậu nghĩ để có thể làm được những công việc hợp với bản tính của mình cũng như làm việc với tốc độ của riêng mình. Cậu đã suy nghĩ rất nhiều, không có vốn, không có cửa hàng, không có thu nhập nhiều cũng không có vấn đề gì. Nhưng nếu kinh doanh thua lỗ phải gánh các khoản vay thì không được. Sau khi suy nghĩ

rất nhiều, cậu xin bố mẹ cho dùng ngôi nhà mà mình đang ở cùng họ làm văn phòng công ty và bắt đầu mở rộng hoạt động bán hàng ủy thác.

Thoạt đầu khi mới bắt tay vào kinh doanh, cậu tìm kiếm những mối hàng hợp với những điều kiện mà mình quy định. Điều kiện tiên quyết là những hàng hóa gửi bán chỗ cậu phải bán được hàng mới trả tiền hoặc trong một thời gian bán nhất định nếu vẫn còn hàng tồn có thể trả lại cho chủ ủy thác. Sau khi tìm được một số mối hàng đáp ứng được những điều kiện trên cậu bắt đầu kinh doanh. Đối với điều kiện tiền hàng trả sau và có thể trả lại hàng tồn, lợi nhuận không cao song cậu thanh niên nọ vẫn chọn phương pháp này.

Ban đầu, công ty ký gửi hàng tổ chức tập huấn cách bán hàng. Ở đó cậu được người ta dạy cách gọi điện hoặc viết thư cho những người mình biết để có được đơn hàng. Cậu thanh niên này sử dụng luôn danh sách bạn học thời sinh viên cũng như danh sách những người trong tổ dân phố rồi miệt mài liên lạc như đã được hướng dẫn để có được đơn hàng. Bị người ta từ chối 1, 2 lần không làm cho cậu nản chí. Cậu làm đi làm lại theo những gì người ta đã dạy cho cậu.

Tuy nhiên cách làm việc này đôi khi lại mua lấy sự bức mình và cáu giận của khách hàng. Có thể cậu thanh niên này làm đúng

y theo những gì người ta đã dạy cậu trong buổi tập huấn nhưng vì cậu không nhận thấy được những cảm xúc của khách hàng nên cậu làm y như thể với tất cả mọi người. Bản thân cậu không có ác ý song nhiều lần cậu phải đến gặp cảnh sát và công việc gặp khó khăn thất bại.

Đặc tính bệnh tự kỷ cậu thanh niên này về cơ bản vẫn không thay đổi kể từ thời còn niên thiếu. Nhưng do cậu được lớn lên trong sự thấu hiểu của những người bảo hộ và hiểu người khác nên cậu có được lòng tin của những người xung quanh. Và cậu cũng có được một thói quen chịu khó lắng nghe cha mẹ và những người xung quanh thuyết phục nên cậu đã quyết định từ bỏ công việc này. Về sau cậu nhận được sự hỗ trợ chăm sóc dành cho người khuyết tật nên đã được nhận vào làm việc tại một công ty đặc biệt trong khuôn khổ những người khuyết tật. Chỉ có điều cậu cũng đã phải rất vất vả để học những kỹ thuật làm việc tại trung tâm dạy nghề. Nhìn chung, dẫu cho những người bị tự kỷ có làm tốt một số công việc tại trung tâm dạy nghề, nhưng điều đó không có nghĩa họ cũng có thể làm tốt được những việc ấy tại nơi làm việc. Tại các trung tâm dạy nghề, người tự kỷ có thể lắp máy móc, lắp ráp các bộ phận linh kiện nhưng đến nhà máy làm những công việc như vậy họ lại không làm được. Điều này rất có thể xảy ra đối với những người bị bệnh tự kỷ. Các công ty không muốn tốn kém cho



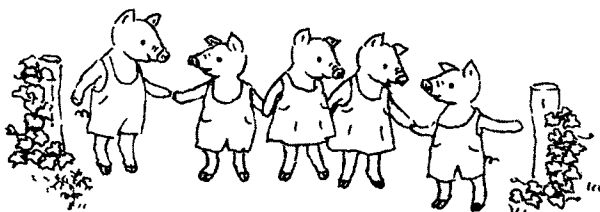
việc dạy và tuyển dụng những người bị tự kỷ nên cần có những người hỗ trợ phúc lợi sẽ đến tận các nhà máy để dạy những điều ấy cho người tự kỷ.

Tại sao cùng công việc ấy, người bị tự kỷ có thể làm tốt tại trung tâm dạy nghề nhưng lại không làm tốt như thế tại nơi khác? Đó là bởi đối với những người tự kỷ, nơi chốn và hành động có mối quan hệ 1:1 khá mạnh mẽ, đó là đặc trưng của họ. Dường như chúng ta không thể tưởng tượng được nỗi sợ hãi của những con người này khi có bất cứ chuyện gì xảy ra không đúng theo dự kiến.

Tuy nhiên, vì nhận được sự hỗ trợ nên cậu thanh niên này đã ghi nhớ và làm việc khá tốt. Hiện giờ cậu thanh niên này đang phát huy sự cẩn mẫn cũng như những năng lực tuyệt vời đến mức công ty phải ngợi khen cậu.

Chương 8

Tiếng nói của người tự kỷ và những người thân trong gia đình



Tôi không hiểu được chính bản thân mình

Người bị bệnh tự kỷ chỉ có thể có được trạng thái ổn định khi ở bên những người hiểu họ. Họ cũng chỉ thấy an tâm và có thể nói chuyện được với những người đó. Bởi lẽ, khác với người bình thường, người bị tự kỷ không thể nói được những gì họ không nghĩ trong lòng hay không thể nói những câu chuyện tầm phào pha đôi ba câu nịnh khéo.

Tôi liên tục nhận được những cú điện thoại của những người hoàn toàn hiểu sai về chính bản thân mình, luôn thấy đau khổ về những thiên kiến sai lệch về mình, không hề biết được rằng mình bị mắc hội chứng rối loạn tự kỷ cho đến khi đọc được bài viết của tôi trên báo. Ví dụ một người trong số họ gọi điện cho tôi “Bao nhiêu năm nay tôi được các bác sĩ chẩn đoán bị chứng bất an và chứng trầm cảm tôi đã phải theo điều trị các bệnh trên. Tuy nhiên, bệnh không hề có chuyển biến và tôi thấy rất khổ sở. Nhưng khi tôi đọc báo biết được mình bị hội chứng rối loạn tự kỷ tôi đã đổi bác sĩ và tình hình đã trở nên khá hơn. Tôi rất cảm ơn bác sĩ”.

Rất nhiều người bị tự kỷ chức năng cao và hội chứng rối loạn tự kỷ lớn lên trong môi trường không được cha mẹ và người xung quanh thấu hiểu đã gửi thư điện tử, thư tay thậm chí nói chuyện



trực tiếp với tôi để tâm sự rằng họ đã phải chịu đau khổ ra sao. Ở đây tôi mới chỉ giới thiệu được một số ví dụ nhưng trên thực tế còn rất nhiều những người bị khuyết tật phát triển đang phải chịu những nỗi đau khổ trầm trọng ra sao và mong muốn chúng ta giúp đỡ họ. Những trường hợp này thực sự còn rất nhiều và tôi thấy buồn vì bản thân mình không đủ sức để giúp đỡ hết được cho họ.

Không thể theo được tốc độ nhanh của câu chuyện

Ở trường đại học của tôi, có một số sinh viên đến khi theo học rồi mới biết là mình bị hội chứng rối loạn tự kỷ. Những sinh viên này đều là những sinh viên đỗ điểm đầu vào cao. Tôi rất mong các sinh viên này có được cuộc sống ôn hòa tại trường đại học nên đã có những buổi nói chuyện không chỉ với chính các sinh viên ấy mà còn với cả gia đình của họ nữa.

Có lần tôi đến hỏi chuyện người giám hộ của một sinh viên mắc hội chứng rối loạn tự kỷ. Bà mẹ có kể với tôi: “Thực ra là hồi cháu còn nhỏ tôi có nhận ra cháu khác với các bạn. Song tôi cứ



ngờ cháu cá tính và có sự khác biệt với người bình thường. Nhưng đến khi đi học đại học cháu có sự thay đổi rất lớn. Đó là khi cháu đã hiểu mình bị hội chứng rối loạn tự kỷ”. Dẫu cha mẹ của những người phát triển tốt về trí tuệ và ngôn ngữ như họ có nhận thấy con mình có sự khác biệt với những đứa trẻ khác đi chăng nữa nhưng lại bỏ qua và kết quả là khi con họ lớn lên, những đứa trẻ này không có được khả năng thích ứng trong xã hội.

Cũng có lúc các sinh viên mắc hội chứng rối loạn tự kỷ này tìm đến tôi và chúng tôi đã ngồi nói chuyện khá thoải mái ở phòng khách. Tôi ngồi nghe những câu chuyện của họ. Ấn tượng của tôi là họ có vẻ muốn được người khác nghe nhiều chuyện về bản thân mình hơn là nghe chuyện từ người khác. Nếu nói chuyện thông thả, có vẻ về phía họ việc nói ra không có gì khó khăn cả. Có điều nếu như phải liên tục nghe những câu chuyện của đối tác thì họ sẽ phải vất vả hơn nhiều.

Những câu chuyện đơn giản và ngắn thì có lẽ không vấn đề gì. Nhưng nếu câu chuyện mà cụ thể hơn một chút, khó hơn một chút sẽ khiến họ lúng túng không biết nên phải trả lời người nói

chuyện như thế nào. Dường như khi người đối thoại với họ nói một điều gì đó, trong đầu họ hiện lên việc phải trả lời như thế nào, trả lời ra sao là ổn... Trong số rất nhiều phương án ấy, họ buộc phải lựa chọn phương án tốt nhất và điều đó khiến họ gặp phải rắc rối lớn.

Trong quá trình này, khá nhiều người mắc hội chứng rối loạn tự kỷ đã dần quen giao tiếp với người khác. Tuy trình độ giao tiếp của họ được nâng lên nhiều nhưng có người vẫn chia sẻ rằng họ vẫn phải mất rất nhiều công sức để giao tiếp so với những người bình thường. Có những người còn chia sẻ rằng họ thấy cuộc sống hiện giờ còn vất vả hơn rất nhiều so với thời trẻ con khi họ chưa nhớ những cách giao tiếp ngôn ngữ hàng ngày.

Có bà mẹ bị hội chứng rối loạn tự kỷ và sinh ra đứa con cũng bị tự kỷ đã kể với chúng tôi trong một báo cáo ở buổi sinh hoạt chuyên môn như sau: “Tôi hiểu rất rõ việc mình đã phải vất vả ra sao nên tôi cũng cố gắng làm sao để con tôi không bị khổ sở như vậy. Tôi cũng cố gắng để mình không dạy con nói quá nhiều”. Tiếp đó bà cũng nói: “Với những đứa trẻ chậm nói, sẽ là sai lầm nếu bạn cho rằng cứ nói nhiều với con sẽ giúp con có thể nhớ được nhiều ngôn ngữ nói. Người bị hội chứng rối loạn tự kỷ như chúng tôi rất ghét những kẻ lắm lời.”

Những người mắc hội chứng rối loạn tự kỷ có một tâm lý chung là thấy tuyệt vọng như thể gặp phải thảm họa mỗi khi tiếp xúc với những người lớn hay các thầy cô giáo không hiểu rõ về họ mà lại lăm lờn nhiệt tình quá mức trong việc dạy dỗ và rèn nếp cho họ.

Mong muốn có được những người thấu hiểu mình

Những người bị tự kỷ chức năng cao hay những người mắc hội chứng rối loạn tự kỷ rất kém trong giao tiếp với người khác và không giỏi trong việc trang bị cho mình kỹ năng xã hội. Đúng là họ có đặc điểm như vậy nhưng phần nhiều đó là do những người phát triển có định hình như chúng ta nhìn họ và nghĩ như vậy.

Những người này nếu gặp được người cùng chung đặc điểm, họ sẽ nói chuyện với nhau hết sức vui vẻ và điều đó chẳng có gì lạ cả. Bởi lẽ, họ đều hiểu rất rõ về nhau. Rất nhiều người bị tự kỷ chức năng cao hay những người mắc hội chứng rối loạn tự kỷ đã nói với tôi đó là sự thực. Nếu không phải là những người thực sự hiểu và chia sẻ, họ khó có thể an tâm mà vui vẻ nói chuyện được. Về điểm này, có lẽ người bình thường chúng ta cũng thấy vậy.

Những người tự kỷ chức năng cao hay những người mắc hội chứng rối loạn tự kỷ đều thấy khổ sở và mong muốn gặp được những người có thể hiểu được họ. Tuy nhiên, để xử lý ngôn ngữ



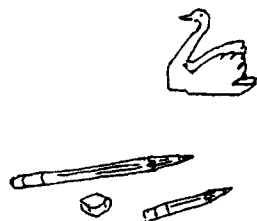
nói như thế, nhiều người trong số họ gặp phải khó khăn khác hẳn chúng ta. Nên trên thực tế có không ít người rất thích thú với cách giao tiếp theo phương pháp nhìn bằng mắt và hiểu nhau giống như kiểu giao tiếp qua email.

Quan sát những trao đổi của người tự kỷ chức năng cao trên website của tôi, chúng ta có thể hiểu được rằng nếu giao tiếp với những người hiểu mình, họ có thể chia sẻ và nói chuyện thoải mái. Chúng ta khó nhận ra rằng đây là những người bị khuyết tật đang nói chuyện với nhau. Trên đó có rất nhiều câu như “Cảm ơn bác sĩ!” và khi xem các câu chuyện họ trao đổi trên đó như “Cảm thấy thanh thản”, “Tâm trạng như được giải phóng”, “Cất được gánh nặng”, “Tôi đã từng than phiền nhiều chuyện không hay nên thành thật xin lỗi cậu”, “Đúng thế thật!”. Có thể thấy những con người này hiểu nhau và rộng lượng tha thứ cho nhau.

Trong đó, có người tự kỷ chức năng cao đã viết thế này: “Nói là gia đình nhưng tôi luôn chỉ một mình, ở trường cũng chỉ một mình, những người xung quanh nhiều thế mà tôi cũng chỉ một mình. Tôi phải tiếp tục khổ sở với cách hiểu sai của mọi người xung quanh và chẳng có lúc nào thấy được an lòng. Kể cả bố mẹ,

kể cả anh chị em lẫn mọi người xung quanh đều không hiểu tôi. Tôi khác với họ. Tôi tự nhủ với lòng mình rằng chẳng còn cách nào khác cả và sống như vậy trong một thời gian dài. Sau này dần không gặp được người thấu hiểu mình thì chắc cũng không sao, vì tôi đã làm đủ mọi thứ đến tận bây giờ rồi. Nhưng quả thật là có những lúc tôi vẫn mong có ai đó hiểu tôi, muốn nương tựa vào người ấy, muốn được người đó giúp đỡ. Hơn tất cả, tôi mong được gặp ai đó có thể hiểu tôi và tôi thực sự muốn được nói chuyện với người ấy.”

Tuy một trong những đặc trưng của người mắc bệnh tự kỷ chức năng cao và hội chứng rối loạn tự kỷ là họ không giỏi giao tiếp với người khác nhưng khi đọc những dòng chữ họ viết như trên, tôi lại thấy tim mình thất lại. Bởi những dòng chữ kia nói với tôi rằng những người này không phải là tránh giao tiếp hay nói chuyện mà họ đang thấy đau khổ do không gặp được những người khiến họ thấy tin tưởng để tâm sự và chia sẻ.



Những người xung quanh không thấu hiểu và tình hình phạm tội của người tự kỷ

Năm 2005, tại tỉnh Nagasaki có một vụ án nghiêm trọng mà thủ phạm là một thiếu niên 12 tuổi ra tay giết chết một đứa trẻ 4 tuổi. Khi vụ án xảy ra, trong suốt 3 tuần liền tôi nhận được rất nhiều thư và fax từ khắp nơi trên Nhật Bản gửi về. Đa phần là cha mẹ của những trẻ bị chứng tự kỷ chúc năng cao. Những người sống ở nơi không có liên quan nhiều đến những trẻ mắc hội chứng rối loạn tự kỷ hay bị tự kỷ chúc năng cao khi nghe đến vụ án này có thể chỉ nghĩ đơn thuần đó là một đứa trẻ khác người. Tuy nhiên, những gia đình có con được chẩn đoán là mắc căn bệnh này lại rất lo lắng và nghi ngờ không hiểu thủ phạm có phải bị mắc hội chứng rối loạn tự kỷ hay bị tự kỷ chúc năng cao hay không.

Bản thân tôi cho rằng mình không thể trả lời một cách đơn giản rằng thanh niên đó có bị bệnh tự kỷ hay không nên tôi chỉ có thể nói là không biết mỗi khi bị báo chí phỏng vấn về điều này. Tại sao tôi lại trả lời vậy? Bởi vì thủ phạm thiếu niên kia chắc chắn sẽ phải được giám định thần kinh theo quy định của tòa. Khi đó các hoạt động giám định đang được tiến hành nên nếu tôi trả lời công khai trên báo chí thì nó sẽ ảnh hưởng đến công tác giám định luật pháp.



Bên cạnh đó, báo chí còn tiết lộ rằng “Thiếu niên này là một học sinh có năng lực ghi nhớ rất tốt trong lớp. Thậm chí đứa trẻ này học rất tốt và cũng đã từng đạt được 465/500 điểm trong kỳ thi học kỳ 1 cũng như trong tổp các học sinh đứng đầu trường. Thiếu niên này không hòa nhập cùng chúng bạn, là một người sống lặng lẽ khép mình. Cậu bé không giỏi thể dục và cực kỳ kém trong việc sắp xếp gọn gàng đồ dùng. Mỗi khi cậu ta điên tiết với bạn, mọi người xung quanh đều phải rùng mình”. Khi đọc những dòng này, các vị phụ huynh rất lo lắng và nhiều người đã hỏi ý kiến tư vấn của tôi.

Hầu hết những nội dung hỏi đều là “Bác sĩ có nghĩ cậu bé đó bị mắc bệnh tự kỷ chức năng cao không? Hay bác sĩ có cho rằng cậu ta bị hội chứng rối loạn tự kỷ? Nếu đúng là như thế, liệu con nhà tôi có khả năng sẽ gây ra những vụ án đau lòng như thế không? Nếu có khả năng đó thì chúng tôi sẽ cần phải chuẩn bị tâm lý và tinh thần thế nào ạ? Hay bác sĩ có thể cho biết làm thế nào chúng tôi có thể nuôi dạy con để không xảy ra những vụ án đau lòng như vậy?”

Nhiều người hỏi tôi với tư cách là một chuyên gia tôi sẽ nghĩ thế nào về vấn đề này. Có điều vào thời điểm đó kết quả giám định thần kinh đối với thiếu niên đó vẫn chưa được công bố nên tôi không thể nói điều mình dự đoán. Chính vì vậy tôi vẫn nói với các bậc phụ huynh là mình chưa biết rõ về đứa trẻ đó. Nhưng có một điều tôi có thể nói với họ. Đó là nếu bạn có người thân và những người liên quan bị mắc bệnh tự kỷ chức năng cao và nếu có ai đó lo lắng chuyện đau lòng như vậy có thể xảy ra thì tôi có thể trả lời rằng những thiếu niên ấy sẽ không dễ gây ra những chuyện khủng khiếp như thế. Tôi nói như vậy không phải là để an ủi họ lúc ấy mà là những lời nói có cơ sở.

Vốn dĩ những người tự kỷ không có đặc tính cảm xúc tấn công làm cho ai đó bị thương. Nếu người khác chấp nhận những vấn đề căn bản của họ, không quá kỳ vọng hoặc không ép họ làm những việc xuất phát từ việc không thấu hiểu thì những người bị tự kỷ này sẽ sống và lớn lên rất ôn hòa. Đặc tính bẩm sinh của họ là những người không biết nói dối không biết làm khó người khác, nếu hiểu được điều gì là họ chăm chỉ ngoan ngoãn thực hiện, chấp hành đúng các quy tắc đã được đề ra và hết sức nghiêm túc.

Trước đó, tôi đã đọc cuốn sách *Đối mặt với những tội lỗi* do luật sư Kamiya Nobuyuki viết. Kamiya là một luật sư rất quan tâm đến

những thiếu niên gây ra các vụ án đau lòng và là người tham gia các hoạt động biện hộ và hỗ trợ họ tái hòa nhập với cộng đồng. Trong cuốn sách này, luật sư Kamiya viết như sau: “Khi nhìn thấy những thiếu niên gây ra các vụ án nghiêm trọng, điều mà tôi cảm nhận sâu sắc nhất là họ không thực sự có được chốn dung thân và bị nguồn năng lượng tiêu cực dẫn lối đến mức phải giết ai đó mới thôi. Nếu những thiếu niên này có được một chốn dung thân thì ắt hẳn tình hình đã không đến mức như thế.” Tôi thực sự giật mình khi đọc đến đây. Điều đó có nghĩa, nếu được nuôi dạy trong một môi trường gia đình bình an thì các em sẽ không gây ra các vụ án đau lòng. Sự thực chỉ có vậy. Ra là thế, tôi thực sự thấy thấm thía điều này.

Ngược lại, những kỳ vọng quá lớn mà mọi người đặt lên đứa trẻ khiến cho chúng thấy mệt mỏi và kết quả là những thứ ấy đã cướp đi chốn dung thân của đứa trẻ. Sự kỳ vọng quá mức này chỉ là một ví dụ về các vấn đề gia đình chứ thực ra điều này không chỉ nằm ở gia đình của con mình. Khi cha mẹ đặt quá nhiều kỳ vọng của mình vào đứa trẻ, họ bắt đầu ép đứa trẻ. Trong khi đó bố mẹ thiếu đi khả năng lắng nghe nguyện vọng của bọn trẻ. Cách nuôi dạy trẻ áp đặt không có được sự thấu hiểu về bản chất của người tự kỷ như thế sẽ khiến cho đứa trẻ trở nên sống khép kín và thu

mình hoặc khiến chúng không có được thái độ ứng xử đúng với hoàn cảnh, gây ra vấn đề phạm tội và một loạt các vấn đề khác nữa. Điều này cũng sẽ xảy ra đối với cả những đứa trẻ bình thường không chỉ riêng trẻ tự kỷ.

Đặc biệt, khi lớn lên trong môi trường mà người khác không hiểu bản chất chứng tự kỷ cũng như không được chấp nhận như thế, những đứa trẻ sẽ không còn tin vào người khác nữa. Họ cũng phải khổ sở đau đớn mỗi ngày bởi bản thân mình không được người khác tin tưởng. Và họ mất đi khát vọng sống. Người ta quên mất rằng chúng là những đứa trẻ bị tự kỷ. Chúng càng ngày càng phải trải nghiệm những thất bại trong các mối quan hệ với người khác và bắt đầu xuất hiện những méo mó trong hình tượng của chính mình.

Những năm gần đây, tình hình phạm tội ở người tự kỷ gia tăng rõ rệt. Tuy nhiên có đến 99% các vụ phạm tội là do thủ phạm không bị tự kỷ gây ra. Tuy nhiên người ta lại chỉ nhấn mạnh đến những vụ án liên quan đến bệnh tự kỷ. Các bậc phụ huynh, các thành viên trong gia đình, các thầy cô giáo cũng như những mọi người là thành viên trong xã hội đừng để bị dẫn theo hướng đó. Điều quan trọng ở đây là chúng ta phải hiểu một cách đúng đắn về bản chất của người mắc chứng tự kỷ.

Bảo vệ các em bằng tình yêu thương

Tại trường đại học nơi tôi làm việc không chỉ có các khóa học dành cho sinh viên mà có rất nhiều hoạt động dành cho người dân địa phương. Một số buổi sinh hoạt chuyên đề có tôi tham gia được tổ chức vào sáng hoặc tối, đồng thời cũng có những chuyên đề tổ chức mỗi tháng 1 lần, buổi sáng giảng cho các đối tượng là người bảo hộ cho người mắc bệnh tự kỷ, buổi tối dành cho các đối tượng tự do như các thầy cô giáo, nhân viên các cơ sở phúc lợi xã hội... Trong một buổi học gần đây diễn ra vào buổi tối, một bà mẹ có con học lớp 2 bị tự kỷ chức năng cao đã kể cho chúng tôi nghe một trải nghiệm tuyệt vời.

Con trai bà theo học ở một trường tiểu học bình thường. Được một thời gian, đứa trẻ bắt đầu nói rằng việc đi học quả là vất vả. Người mẹ sau khi nói chuyện với con quyết định chuyển con về học tại một trường đặc biệt. Giáo viên chủ nhiệm của lớp con đang theo học cho rằng con là một học sinh học tốt nên không cần thiết phải chuyển trường và cố giữ đứa trẻ ở lại. Tuy nhiên bà mẹ rất hiểu nỗi khổ của con nên đã quyết định chiều theo nguyện vọng của con.

Vậy là đứa trẻ rất vui khi được chuyển sang trường mới. Tuy nhiên khi học đến lớp 2, bọn trẻ bắt đầu luyện tập để chuẩn bị cho



ngày hội thể thao. Lúc này đứa trẻ lại nói rằng con rất vất vả khi phải tham gia luyện tập. Người mẹ lại lập tức quyết định bảo con không cần thiết phải tham gia ngày hội thể thao mà chỉ cần đến dự và xem các bạn thi đấu là được. Sau đó người mẹ có giải thích và nhận được sự đồng ý của trường.

Những đứa trẻ tự kỷ rất sợ những điều không được báo trước. Chúng rất kém trong việc xử lý những thứ chưa được lên kế hoạch trước hoặc những gì xảy đến gấp. Chính vì thế về cơ bản chúng rất ghét các hoạt động tập thể. Thêm vào đó, đứa trẻ này lại không thể hiểu được ý nghĩa của ngày hội thể thao. Nó thực sự không hiểu tại sao phải làm điều ấy. Chính vì thế, nếu như chúng ta không lưu ý để giải thích ý nghĩa ngày hội thể thao cho bọn trẻ, chúng sẽ thấy việc này chẳng thú vị gì mà chỉ toàn khổ sở. Và chúng không thể xây dựng được cách nhìn dự báo để thấy được tình hình sẽ đi đến đâu.

Dẫu đứa bé này có nghĩ: “Mình ghét ngày hội thể thao. Thật chẳng hiểu ra làm sao? Mình muốn trốn khỏi đây. Mình muốn về nhà,” nhưng chúng không biết tưởng tượng ra cách để thoát khỏi

sự khổ sở ấy. Chúng thiếu các phương tiện giao tiếp để nói lên điều này. Vậy nên tôi rất mong muốn các thầy cô giáo ở trường mẫu giáo hay trường phổ thông đừng bắt ép đứa trẻ ấy phải tham gia ngày hội thể thao chỉ để vừa lòng cha mẹ chúng. Tôi mong các giáo viên không gây tổn thương về mặt tình cảm và cảm xúc của trẻ. Chúng sẽ nhớ rất lâu những tổn thương hơn là niềm vui khi đạt được một điều gì đó.

Ngày hội thể thao đã đến. Cậu bé cũng ra khỏi nhà để đến trường và trước khi đi, cậu hướng đến cô em gái bé bỏng nói giọng rần rỏi: “Anh đến ngày hội thể thao và cố gắng đây!”. Cuối ngày khi đi học về, cậu cũng hồ hởi nói: “Ngày hội thể thao hôm nay, con đã rất cố gắng”. Người mẹ tò mò không biết con mình đã làm được những gì trong ngày hôm ấy nên đã đến tìm hiểu. Trên thực tế người mẹ được biết cậu con trai mình đã ngồi dưới tấm bạt che tại vị trí của khách mời để theo dõi các hoạt động của ngày hội suốt từ sáng đến tận chiều tối.

Khi nghe người ta kể lại điều này, người mẹ như trút được gánh nặng. Mỗi lần nghĩ lại bà thấy muốn rơi nước mắt vì điều đó. Đứa trẻ này không bị ai bắt ép làm việc gì cả. Mọi chuyện đều do con tự muốn làm, tự muốn “mình cố gắng” và đã làm được điều ấy.



Cuối cùng, người mẹ đã nói chuyện với rất nhiều người tham dự buổi sinh hoạt chuyên môn hôm đó: “Mấy năm liền tôi tham dự các buổi sinh hoạt như thế này và hiểu rằng nếu chúng ta chịu khó bảo vệ con thì chúng sẽ cố gắng. Đến giờ con nhà tôi vẫn đang vui vẻ theo học tại ngôi trường đó.”

Chương 9

TEACCH



Cấu trúc hóa trong chương trình TEACCH

TEACCH (Treatment and Education of Autistic and Related Communication Handicapped Children) là những chữ đầu của “Chăm sóc và giáo dục cho trẻ tự kỷ và trẻ khuyết tật liên quan đến giao tiếp” được biết đến như một “Chương trình hỗ trợ chăm sóc bệnh nhân tự kỷ” suốt đời từ những giai đoạn sớm ban đầu. Năm 1966, giáo sư Eric Schopler đã bắt đầu thực hiện hoạt động chăm sóc trị liệu tại Bộ môn thần kinh học khoa Y trường Đại học Bắc Carolina và sau này đổi tên thành TEACCH. Trải qua hơn 40 năm, chương trình này đã được đưa vào phổ cập tại nhiều quốc gia trên thế giới.

Triết lý và mục đích của TEACCH là hỗ trợ trẻ tự kỷ thực hiện các hoạt động một cách tự lập nhất có thể, giúp trẻ có thể sống cộng sinh với những người bình thường. Chương trình TEACCH chính là tích hợp những sáng tạo, tìm tòi và thực tiễn để thực hiện mục tiêu.

Những năm gần đây, người ta không gọi bệnh tự kỷ là một dạng khuyết tật trong Chương trình TEACCH nữa. Nếu người ta vẫn coi tự kỷ là một dạng khuyết tật và cần phải hỗ trợ những vấn đề khiếm khuyết thì chắc chắn xã hội cần phải có một sự quan



tâm đặc biệt từ những người xung quanh chứ không chỉ riêng cho những người bị bệnh tự kỷ. Sự quan tâm này có tên gọi chung là cấu trúc hóa. Cấu trúc hóa là sự quan tâm tạo dựng nên môi trường sống xung quanh phù hợp với các đối tượng. Ví dụ đối với những người cận thị thì họ cần có kính, đối với những người mù cần có phần đường nổi, với những người phải ngồi xe lăn thì phải chú ý để thay bậc thang bằng các đường dốc thoải. Đồng thời, cấu trúc hóa cũng đồng nghĩa với việc thiết lập một môi trường thuận lợi cho từng đối tượng người sử dụng cũng như chuẩn bị các môi trường sống xung quanh.

Trong cuộc sống, học tập và làm việc của những người tự kỷ, cái mà họ cần những người xung quanh quan tâm là mọi cấu trúc hóa cho họ phải được thể hiện rõ ràng và có thể nhìn thấy được. Cấu trúc hóa mang tính thị giác ở đây là những không gian, thông tin, các vấn đề, thời gian... Nếu được, các thông tin này đều phải được thể hiện ra một cách trực quan để những người bị tự kỷ nhìn ra và hiểu được ý nghĩa của chúng. Đương nhiên, mức độ mỗi người mỗi khác nên cần có những sự quan tâm tương ứng với

mỗi cá nhân nếu điều đó thực sự cần thiết. Nếu thiếu đi những sự quan tâm này, những người tự kỷ sẽ không thích ứng được với xã hội. Nhưng có quá nhiều sự quan tâm sẽ làm cho họ thấy bất tiện.

Tại trường Đại học Bắc Carolina, những người tự kỷ ở đây được vui vẻ học tập, lao động và tham gia các hoạt động ngoại khóa trong môi trường gia đình, trường học và cộng đồng địa phương cũng như tại nơi làm việc. Người ta cố gắng tạo ra sự cấu trúc hóa cần thiết để những người sử dụng môi trường sống này cảm thấy không bị bất tiện. Những người liên quan sẽ hỗ trợ cho hệ thống cấu trúc hóa này khiến cho mọi thứ đều được thể hiện rõ ra bên ngoài.

Những người tự kỷ rất khó khăn trong việc lường tượng ra những điều sắp xảy ra. Khi có những điều họ không tiên liệu trước xảy đến, họ rơi vào tình trạng bất an nghiêm trọng và thấy hoảng loạn. Trước đây, chúng ta không nhận ra hoặc không biết về những khó khăn như thế của người tự kỷ. Chúng ta thân nhiên không để ý đến những con người muốn nói mà không thể nói được. Nhưng những nhân viên của chương trình TEACCH đã biết được điều này từ 28 năm trước khi chúng tôi đến thăm trường Đại học Bắc Carolina.

Chính vì thế, tại các trường học và nơi làm việc tại bang Bắc Carolina – nơi đã áp dụng chương trình TEACCH – tất cả kế

hoạch và lịch trình của một ngày đều được hiển thị bằng tranh ảnh hoặc con chữ có thể nhìn thấy được phù hợp với chức năng và nhu cầu của người tự kỷ. Nghĩa là người ta báo trước tất cả mọi việc xảy ra trong một ngày cho đến tận lúc ra về. Ví dụ như tại nhà trẻ, buổi sáng sẽ có giờ tập trung, có giờ hát, có giờ chơi tự do. Mỗi một giờ như thế đều được thể hiện bằng một bức tranh và bức tranh cuối cùng bên dưới sẽ vẽ hình một chiếc ô tô. Điều này có nghĩa là nếu hoàn thành xong các công việc này thì sẽ kết thúc lịch một ngày và các em có thể về nhà.

Cấu trúc hóa mọi thứ bằng hình ảnh là một chìa khóa quan trọng nhưng không phải là toàn bộ nội dung của chương trình TEACCH. Đó chỉ là một phần trong triết lý và chính sách hỗ trợ của chương trình mà thôi. Bên cạnh việc cấu trúc hóa, ngay từ đầu, người ta đã tích cực và rất công phu trong việc chuyển từ cách truyền đạt từ “KHÔNG” sang cách nói “CÓ”. Điều quan trọng là người ta không nói phủ định với bất cứ việc gì không được làm mà thay bằng cách chỉ ra việc cần phải làm. Hơn thế nữa, với những điều khó có thể dùng ngôn ngữ nói để truyền đạt, họ sẽ dùng hình ảnh, tranh vẽ hoặc chữ. Cách nghĩ quan trọng của TEACCH là làm sao phải truyền đạt nội dung chính xác của sự vật, sự việc cụ thể ngắn gọn.

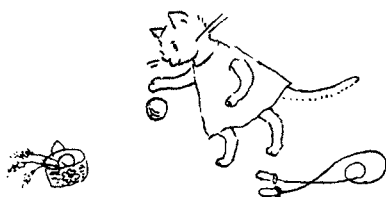
Chương trình TEACCH đã quan tâm đến việc cung cấp thông tin và một môi trường tương thích để những người tự kỷ không phải gặp thất bại, không quá mệt mỏi để họ bị tổn thương, không khiến cho họ phải mất lòng tự trọng hay cảm xúc khẳng định mình trong mối quan hệ với những người khác.



***Điều quan trọng khi đào tạo nhân lực là giáo viên
và những người có liên quan***

Trước đây, tôi đã từng có dịp phỏng vấn giáo sư Schopler - cha đẻ của chương trình TEACCH – về yếu tố quan trọng nhất giúp cho chương trình thành công. Giáo sư đã trả lời ngay lập tức: “Đó là việc tập huấn cho các giáo viên tại trường”. Ông cũng kể ngay cả bản thân mình cũng phải tập trung 10 năm để đào tạo được đội ngũ giáo viên có thể thực hiện được chương trình TEACCH. Những buổi tập huấn này hiện tại vẫn tiếp tục được phát triển và có rất nhiều người Nhật đến tham dự. Trường đại học nơi tôi đang làm việc cũng tổ chức các buổi tập huấn như vậy vào mùa hè hàng năm. Các địa phương trên khắp nước Nhật cũng có các buổi tập huấn tương tự do các đoàn thể và tổ chức chủ trì.

Hàng ngày, trẻ tự kỷ có nhiều thời gian tiếp xúc với những người trong gia đình và giáo viên. Chính vì thế, giáo sư Schopler cho biết các buổi tập huấn họ cần nhiều công sức nhất. Trong các chương trình TEACCH hiện nay, các buổi tập huấn này vẫn là những yếu tố đầu tiên và đang tiếp tục được thực hiện. Người ta vừa coi trọng việc đào tạo các giáo viên phụ trách giảng dạy trong trường học, đồng thời cũng rất nhiệt tình trong việc đào tạo cho những nhân viên khác có liên quan. Người ta không tiến hành các



buổi tập huấn riêng cho từng đối tượng theo từng ngành nghề. Bởi đây là một chương trình giúp cho tất cả mọi người có liên quan ở mọi lĩnh vực đều có nhận thức cơ bản nhất. Đồng thời, nó cũng là một chương trình hỗ trợ liên tục cho trẻ em tự kỷ và gia đình của các em từ khi các em còn nhỏ cho đến hết đời nếu cần thiết.

Tại bang Bắc Carolina, việc hỗ trợ liên tục cho trẻ em tự kỷ ở mọi nơi như trong gia đình, nhà trường, các cơ sở, nơi làm việc, ngôi nhà chung của các nhóm, cộng đồng địa phương, các hoạt động văn hóa thể thao... có thể vận hành được như thế là do tất cả những người có liên quan đều không bị hạn chế về tầm nhìn, mọi người có cái nhìn bao quát hơn, biết làm việc trong mối quan hệ tương trợ và liên kết lẫn nhau. Đặc trưng của chương trình TEACCH là gửi người có năng lực đến những nơi cần thiết trên phạm vi rộng mang tính hữu cơ.

Quả là rất tình cờ khi mấy năm trước ngôi trường cấp 3 ở tỉnh Shiga nơi tôi từng học cách đây 57 năm lại được chọn là trường nghiên cứu thí điểm về hoạt động giáo dục hỗ trợ đặc biệt liên quan đến vấn đề tự kỷ và khuyết tật phát triển. Theo đó các thầy

cô giáo cũng được bồi dưỡng tập huấn và tôi được mời tới giảng ở những lớp này. Các thầy cô đã kêu gọi những người liên quan đến giáo dục và cha mẹ học sinh khu lân cận đến tham dự buổi tập huấn bồi dưỡng nên không khí học tập rất sôi nổi.

Thay vì bắt học sinh phải hiểu những lời mình nói các giáo viên đều cố gắng hết sức để bản thân mình hiểu được tâm lý học sinh. Kết quả là các giáo viên đều có cảm nhận mang rằng nếu họ làm theo cách ấy học sinh cũng sẽ hiểu được cảm xúc của giáo viên. Họ cũng có thể hoàn toàn hãnh diện bởi từ khi trường thực sự bắt tay vào việc giúp đỡ các học sinh bị khuyết tật phát triển đến nay chưa hề có một trường hợp học sinh nào bỏ học, kể cả các học sinh bình thường. Tôi nghĩ trường đã làm rất tốt trong việc quan tâm hiểu rõ đến từng học sinh.

Tôi có gặp một học sinh bị mắc hội chứng rối loạn tự kỷ đang ngồi chơi trong phòng hiệu trưởng. Học sinh này có nói: “Con quý thầy hiệu trưởng lắm nhưng con lại thích phòng của thầy hơn”. Tôi rất ấn tượng khi thầy hiệu trưởng cũng nói với tôi: “Các học sinh bị khuyết tật phát triển rất thẳng và thật. Vậy nên, nếu chúng ta hiểu được những đặc tính này, ta sẽ thấy việc hỗ trợ giáo dục cho các con không phức tạp bằng các học sinh bình thường, có những mặt chúng ta có thể yên tâm vào chúng.”

Có được cuộc sống tự lập ngay tại cộng đồng địa phương

Mùa hè năm 2008, tôi cùng với 30 bạn bè của mình đến học cách phát triển chương trình TEACCH tại trường Đại học Bắc Carolina. Chúng tôi được tham gia cùng nhóm các giáo viên, bác sĩ, các nhân viên cơ sở phúc lợi xã hội, phụ huynh và những người có liên quan khác. Tôi đã được nghe những bài giảng chuẩn bị kỹ lưỡng, được đến thăm những nơi mà người bị tự kỷ đang sống, học tập và nhiều cơ sở tổ chức các hoạt động giải trí của họ.

Ngoài ngôi nhà chung của nhóm và các căn hộ tập thể, chúng tôi đã đến thăm rất nhiều cơ sở khác. Đó là các trung tâm dịch vụ chăm sóc tại nhà cho những người tự kỷ chuẩn bị đi làm hoặc tham gia các hoạt động vui chơi giải trí. Đó là các nông trại nơi những người này có thể sống và làm việc để nhận được những hỗ trợ thực tế. Một trong các trung tâm dịch vụ chăm sóc cho các hoạt động trò chơi giải trí mang tính sáng tạo mang tên *Trung tâm sống sáng tạo* (Creative Living Center). Bất cứ ai trong số những nhân viên của cơ sở này đều nghĩ đến niềm vui và hạnh phúc của những người tự kỷ và gia đình họ.

Tôi đã đến thăm thị trấn Albemarle nơi làm việc của những người từng đến hội thảo tại trường đại học của tôi và có cơ hội được xem căn hộ của họ. Có 4 người bị chúng tự kỷ sống với nhau



trong một căn nhà, 2 người trong số họ vừa từ căn nhà chung của nhóm tự kỷ dọn tới ở cách đây vài năm. Tôi vẫn nhớ mình đã gặp họ tại ngôi nhà chung của nhóm tự kỷ. Họ cũng nhận ra tôi, một thanh niên thích vẽ còn phác họa lại chân dung của tôi, nghe nói thanh niên này vẽ lại bằng trí nhớ của mình.

Kể cả khi chúng tôi đến những ngôi nhà chung khác của nhóm người tự kỷ, họ đều không nao núng sợ hãi và đón tiếp cả đoàn với một tâm thế rất thoải mái, ôn hòa khiến cho những người bạn của tôi đều hết sức ngạc nhiên. Khi chúng tôi thấy cây đàn organ trong nhà, một phụ nữ cũng đã chơi tặng mọi người một bản nhạc. Họ nói với chúng tôi rằng cuộc sống ở khu căn hộ vui và thoải mái hơn so với ngôi nhà chung của nhóm. Lần này khu căn hộ mà chúng tôi đến thăm là khu dành riêng cho những người tự kỷ. Sắp tới họ dự kiến sẽ đưa những người tự kỷ đến ở tại khu căn hộ của những người dân bình thường sinh sống.

Hầu hết những người định chuyển tới nơi có người dân bình thường sinh sống là những người tự kỷ chức năng cao. Chính vì thế chỉ cần những chuyên gia hỗ trợ tư vấn tại nhà có hình thức hỗ trợ phù hợp với cá nhân ấy là họ có thể hòa nhập với cộng đồng

địa phương. “Ngày hôm nay tốt đẹp hơn ngày hôm qua. Ngày mai sẽ tươi sáng hơn ngày hôm nay”. Triết lý và phương pháp tuyệt vời này đã giúp cho những người tự kỷ được sống tốt mỗi ngày bất kể họ là người tự kỷ chức năng cao hay chức năng thấp.

Băng video giúp hiểu thêm về trẻ tự kỷ

Chương trình TEACCH là một chương trình chăm sóc và giáo dục cho người bị tự kỷ, mang những hỗ trợ phúc lợi xã hội tới những người bị tự kỷ trong sinh hoạt hàng ngày. Chương trình đã có được những thành công rất lớn và hiện đang được triển khai tại hơn 45 bang của nước Mỹ. Ngoài ra chương trình này cũng đang được hơn 45 nước trên thế giới mong muốn đưa vào áp dụng.

Tại bang Bắc Carolina của nước Mỹ, người ta làm những băng video dành riêng cho học sinh tiểu học để giúp các em có thể hiểu về bệnh tự kỷ. Ngày nay, hầu như ở bất cứ nơi đâu cũng có những trẻ em bị tự kỷ theo học. Chính vì vậy những cuộn băng video này ra đời nhằm mục đích giúp cho tất cả học sinh hiểu được cuộc sống hàng ngày và việc học tập của trẻ tự kỷ qua đó kêu gọi giúp đỡ những người tự kỷ. Sau đây tôi xin được giới thiệu một phần của cuốn băng video ấy.



Trong cuốn băng này xuất hiện 4 nhân vật. Nhân vật đầu tiên là Newton. Tiếp đến là nhà soạn nhạc Moza, sau đó người ta giới thiệu Einstein và Bill Gates. Đây là những người vẫn bị nghi ngờ mắc chứng tự kỷ. Cuốn băng giải thích cho các em học sinh tiểu học hiểu những điểm yếu của các nhân vật này. Cuộc sống hàng ngày của họ gặp phải những khó khăn gì. Dầu vậy họ vẫn phát huy được những năng lực tuyệt vời của mình như thế nào.

Câu chuyện trong cuốn băng kể về Newton khi còn nhỏ. Trong lúc các bạn đang chơi vui vẻ tại công viên hay nơi công cộng thì cậu bé Newton chỉ chăm chăm nhìn vào cây táo. Đang quan sát bỗng một quả táo rơi bịch xuống đất. Những đứa trẻ bình thường chắc chẳng bao giờ quan tâm đến việc tại sao quả táo lại rơi. Chúng chỉ nghĩ: “A! Quả táo rơi rồi kia”, và chúng chỉ quan tâm xem quả táo kia có ngon không, có ăn được hay không mà thôi.

Trong khi đó cậu bé Newton lại vô cùng quan tâm, hứng thú và có nhiều câu hỏi liên quan đến việc tại sao quả táo lại rơi. Chính đặc tính hướng sự quan tâm mạnh mẽ của mình vào một lĩnh vực nhỏ đã giúp Newton tìm ra được định luật vạn vật hấp dẫn sau

này. Chúng ta sẽ chẳng thể nào trở thành được những nhà khoa học vĩ đại như thế. Einstein cũng từng hai lần nếm mùi thất bại khi học tiểu học. Những gì không làm được ông đành phải chịu nhưng việc nào thấy mình có thể làm được ông sẽ tập trung hết sức. Vì thế ông trở thành nhà vật lý nổi tiếng trên thế giới với “Thuyết tương đối”.

Qua những câu chuyện kể về 4 thiên tài bị tự kỷ như vậy, người ta giúp cho học sinh tiểu học hiểu được đặc tính của những con người này. Các em xem video và biết rằng những người bị bệnh tự kỷ là những người không cân bằng về mặt phát triển. Cách phát triển của những người tự kỷ sẽ khác cách phát triển của chúng ta sao và khác như thế nào.

Tại các ngôi trường ở bang Bắc Carolina, người ta cũng tiến hành cách đào tạo 1 kèm 1 giống như mẹ với con trong gia đình. Hình thức này được thực hiện đối với những trẻ cần môi trường hỗ trợ đặc biệt. Hoặc người ta thực hiện hình thức này với những môn học mà trẻ vừa có thể học một phần nội dung học ở lớp bình thường. Tuy nhiên ban đầu, dù đứa trẻ có trí lực tốt đến mấy đi chăng nữa, chúng vẫn sẽ bắt đầu học ở trường dành cho trẻ tự kỷ để không phải quá vất vả và khổ sở tại lớp học.

Sau đó, với những năng lực và mối quan tâm được xác định rõ ràng, trẻ có thể cùng học với các bạn bình thường khác. Tuy nhiên



đối với những môn học phải làm việc vất vả, trẻ sẽ không được học chung với các bạn bình thường. Khi trẻ lớn dần, thời gian học tập cùng với trẻ bình thường sẽ tăng lên. Tuy nhiên người ta cố gắng để đứa trẻ này không bị tổn thương bởi sự thất bại và cố gắng phát huy thật tốt khả năng của trẻ.

Trong nhiều trường hợp, các giáo viên bang Bắc Carolina đều hướng dẫn cho các học sinh tiểu học cách sử dụng thời gian chơi. Các giáo viên đều biết đứa trẻ này đang ở trình độ nào và có thể dùng giáo trình gì để dạy trẻ nên việc hướng dẫn cho trẻ trong lớp khá đơn giản. Tuy nhiên, đến giờ ra chơi mọi chuyện lại không như vậy. Những đứa trẻ tự kỷ luôn cảm thấy vô cùng bất an trong giờ chơi tự do. Bởi đó là khoảng thời gian chúng không biết mình cần phải làm gì. Chính vì thế các giáo viên sẽ chọn trước một số hoạt động, cho trẻ quyết định mình sẽ chơi gì. Điều này sẽ làm cho chúng vô cùng an tâm.

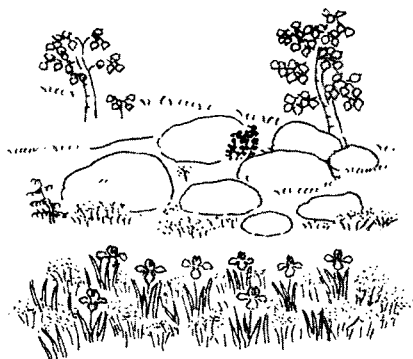
Những thanh niên tự kỷ được phát huy khả năng của mình trong phạm vi cho phép, như làm công việc thủ thư chẳng hạn, và họ sẽ vận dụng những khả năng của mình tốt hơn người khác. Ví dụ họ có thể nhớ rõ cuốn sách nào để ở đâu chỉ qua thông số ghi



trên gáy sách. Điều này không phải người bình thường nào cũng có thể nhớ được. Những người tự kỷ chức năng cao làm việc trong các thư viện tiểu bang Bắc Carolina luôn được nhận xét là những người làm việc xuất sắc. Họ không biết nói nịnh ai bao giờ. Thậm chí ở thư viện người ta không cần nhân viên phải nói quá nhiều. Bởi vậy những người tự kỷ rất thích hợp với công việc trên.

Chương 10

Những điều học được, những điều nhớ lại



Hạnh phúc là sẻ chia

Năm 1970 tôi đã từng đi du học tại Vancouver và đã là bác sĩ thực tập nội trú tại bệnh viện Đại học British Columbia. Khi đó, một trong hai bác sĩ hướng dẫn cho tôi là giáo sư Andrew McTaggart chuyên về thần kinh nhi khoa mà thầy hướng dẫn của giáo sư McTaggart chính là giáo sư Leo Kanner, người đầu tiên trên thế giới có báo cáo về bệnh tự kỷ.

Tôi đã học được rất nhiều điều từ giáo sư McTaggart, trong đó có những điều ông được chính giáo sư Kanner hướng dẫn cho. Một trong số đó chính là “Nếu chỉ tiếp tục theo đuổi hạnh phúc của bản thân mình thì con người chắc chắn sẽ không trở nên hạnh phúc. Các bạn hãy thử quan sát kỹ những người mà bạn nghĩ là họ thực sự hạnh phúc mà xem. Những con người ấy đang sống và làm cho những người khác trở nên hạnh phúc.”

Con người ta nếu như không thực sự nguyện cầu cho ai đó được hạnh phúc và không nỗ lực để thực hiện được điều ấy thì chắc chắn người đó sẽ không có được hạnh phúc cho bản thân mình. Chính vì thế, nếu chỉ dùng lý lẽ để nói thì có được hạnh phúc là rất dễ. Đó là bạn hãy giữ cho mình hoặc tìm cho mình một người để giúp cho họ được hạnh phúc. Nếu như thực sự bạn mong



muốn gia đình của mình được hạnh phúc và cố gắng dốc sức cho điều ấy, chắc chắn bạn là người hạnh phúc.

Nếu bạn thực sự mong muốn cứu giúp những trẻ em nghèo đói ở khắp nơi trên Trái đất này, bạn hẳn là một con người hạnh phúc. Thế nhưng con người ta khó có thể nghĩ đến người khác dù cho đó là người trong gia đình hay những người khác. Phần nhiều họ đều mong mỗi hướng đến hạnh phúc của bản thân mình và kết cục họ khó có thể thấy hạnh phúc. Nếu chúng ta không có những người vui mừng đón nhận và chia sẻ niềm vui, liệu chúng ta có thấy thực sự hạnh phúc không? Nếu chúng ta có những người biết buồn với nỗi buồn của chúng ta, vui với niềm vui của chúng ta thì mới thực sự thấy được an ủi. Hạnh phúc là sẻ chia – đó là những điều khiến chúng ta phải suy ngẫm lại một lần nữa về hạnh phúc.

Giáo sư McTaggart cũng dạy tôi không được quên một câu nói mà chính giáo sư cũng không thể quên khi được giáo sư Leo Kanner dạy cho. Leo Kanner có giải thích: “Nếu người lớn chúng ta kể cả thầy cô giáo hay cha mẹ chỉ nghĩ về hạnh phúc trong tương lai của con trẻ thì thường dẫn đến việc chúng ta quá kỳ vọng vào trẻ. Thứ tình cảm ấy bản chất không có gì khác là tình yêu

thương của chúng ta dành cho con trẻ. Tuy nhiên, trẻ không phải lúc nào cũng hiểu được tình cảm ấy. Những kỳ vọng quá mức của chúng ta, về bản chất, có lẫn thứ tình cảm chưa mãn nguyện với tình trạng hiện tại của đứa trẻ. Trong nhiều trường hợp, chúng ta không chuyển được thông điệp yêu thương đến đứa trẻ mà ngược lại nó còn mang thông điệp từ chối và phủ định đứa trẻ ấy. Trong quá trình nuôi dạy trẻ, nhiều bậc phụ huynh và giáo viên quá nhiệt tình thường gặp phải thất bại âu cũng do những thứ tình cảm này mà ra.”

Trong sự kỳ vọng quá mức của người lớn với trẻ, có thể cũng có những ham muốn yêu chính bản thân họ. Chính vì thế, mà người lớn chúng ta vẫn nghĩ là mình đang yêu thương con trẻ nhưng thực ra lại chưa hẳn vậy. Tuy nhiên giáo sư Leo Kanner nói: “Việc điều trị và giáo dục tất cả trẻ em không riêng gì trẻ em tự kỷ đều phải bắt đầu từ việc khẳng định hiện trạng của trẻ.”

Giáo sư Leo Kanner còn nói nhiều điều quan trọng nữa nhưng quan trọng nhất là câu này: “Nếu như giờ đây bạn đang không biết cần phải làm gì cho đứa trẻ này bạn hãy dừng lại. Hãy tự vấn mình đã. Bạn hãy xem bản thân mình có đủ tình yêu thương đối với đứa trẻ này không? Nếu bạn thấy mình chưa đủ tình yêu thương với đứa trẻ ấy hãy lùi lại một bước đã nhé.”



Theo cách lý giải của tôi, điều này có nghĩa là nếu như ta xác nhận được bản thân mình có đầy đủ tình yêu đối với đứa trẻ này thì dù làm bất cứ điều gì cũng sẽ không bị sai lầm. Các bạn có hiểu điều này không nhỉ? Nếu như các bạn có tình yêu với đứa trẻ thực từ đáy lòng, điều này sẽ được truyền tải đầy đủ tới đứa trẻ. Nếu bạn chỉ hướng dẫn trẻ điều cần làm mà không có những tình cảm thực tâm, phần nhiều sẽ không có được kết quả tốt.

Trong khi chúng ta không có tình yêu thương với người khác mà lại đi nói những điều hay ho ấy chẳng qua là tự yêu lấy bản thân mình. Bạn nói những điều ấy chẳng phải vì họ mà là do không nói ra thì bản thân mình thấy không được thoải mái. Bất kể đó là điều bình thường thế nào đi chăng nữa người ta cũng sẽ không nghe bạn nói mà không suy nghĩ gì cả. Nếu nghĩ đứa trẻ này là đứa trẻ đáng ghét hoặc là đứa bé khó chịu, bạn không nên làm bất cứ điều gì.

Việc dạy là việc học, ký ức về người thầy

Hồi học lớp 3 tôi đi tản cư về làng Noyama, tỉnh Shiga quê của bố tôi. Thời điểm Nhật sắp bại trận trong cuộc thế chiến thứ II là lúc

tôi lên 10 và đang học lớp 4. Khi học xong tiểu học và trung học cơ sở ở làng, tôi đạp xe đạp vượt núi đến học ở trường trung học phổ thông Hino của tỉnh. Ở trường tôi được học rất nhiều giáo viên bộ môn, nhưng người tôi nhớ nhất là thầy Takada Tokuzaro dạy môn Hóa.

Cứ mỗi khi sắp bước vào thi cuối kỳ thầy lại nói với chúng tôi đầy nhiệt huyết: “Các con phải học hành cho tốt, thầy mong các con có được những câu trả lời đúng”. Thầy còn luôn bảo với chúng tôi “Kết quả thi của các con mà kém là thầy sẽ mất tự tin vào năng lực làm thầy của mình mất”.

Bọn học trò chúng tôi thời đó có lẽ chẳng có nhiều thời gian hoặc tình cảm chưa đủ chín để hiểu được những tâm trạng ấy của thầy. Chúng tôi chỉ tập trung vào kỳ thi của mình mà thôi. Đến khi có tuổi rồi đứng ở vị trí của giáo viên tôi mới có thể hiểu được tâm trạng của thầy Takada, một nhà giáo tận tụy.

Khi thành bác sĩ tôi đã đi du học tại trường đại học của Canada để được tập huấn thực tập lâm sàng về y học thần kinh nhi khoa. Ở đó tôi được thầy Carl Klein và một thầy khác giảng cho về mô hình vòng đời của Erik H.Erikson. Tôi đã học được rằng: “Dẫu là mối quan hệ giữa ai với ai đi chăng nữa, tình cảm thực sự là khi cả hai phía đều cảm nhận và nhận thức như nhau về giá trị của



những điều mà người kia đem lại.” Chính vì thế nếu như người mẹ cảm nhận thấy mình hạnh phúc khi được ở bên đứa con của mình chắc hẳn đứa trẻ ấy cũng sẽ cảm nhận được niềm hạnh phúc khi nó được ở bên mẹ. Tương tự như thế, chỉ có những giáo viên có thể học được nhiều điều từ học sinh mới thực sự có thể dạy được học sinh của mình.

Thầy Takada hẳn cũng cảm nhận rất rõ về điều này trong khi dạy dỗ chúng tôi. Hơn nữa, khi ấy thầy còn là tấm gương mà bọn học sinh cấp 3 chúng tôi rất ngưỡng mộ. Thầy vẫn hay lấy ví dụ về trường Đại học Kyoto để nói chuyện với chúng tôi. Hàng năm mỗi khi trường Đại học Kyoto kết thúc mùa tuyển sinh thầy lại lấy bộ đề thi môn hóa và thử tự giải. Thầy bảo chưa bao giờ thầy đạt được điểm tuyệt đối. Tôi chợt nhớ đến hình ảnh thầy mỗi khi thầy nói chuyện với chúng tôi rất chân tình: “Các con rồi sẽ vất vả đấy bởi các con phải đương đầu với một vài môn học có những đề bài khó đến mức kể cả giáo viên dạy hóa như thầy còn không đạt được điểm tối đa cơ” và những kỉ ức ấy mới như ngày hôm qua.



Nhớ về bóng dáng mẹ tôi

Mới rồi tôi có đọc bài báo viết về đất nước Bhutan một quốc gia vô cùng khó khăn về mặt kinh tế. Thu nhập một năm của người dân Bhutan bằng 1/50 so với thu nhập một năm của người Nhật. Thế nhưng trên 90% dân số Bhutan trả lời rằng họ thấy mãn nguyện và hạnh phúc với cuộc sống hàng ngày của mình. Lý do lớn nhất của điều này là việc những người dân trong làng đều giúp đỡ lẫn nhau trong cuộc sống. Lại một lần nữa tôi nhận ra rằng con người ta sẽ không thể sống hạnh phúc nếu như không có những mối quan hệ cá nhân lành mạnh và phong phú.

Cha tôi sinh năm 1905 và chỉ được học hết tiểu học. Mẹ tôi sinh năm 1912 và chưa được học hết tiểu học. Tôi sinh ra trong một gia đình nghèo nên phải bỏ học giữa chừng để kiếm sống. Bố tôi bảo khi đó mẹ phải đi trông trẻ cho nhà hàng xóm.

Mẹ tôi giờ đã thành người thiên cổ nhưng mỗi lần nghĩ về bà điều đầu tiên tôi nhớ tới là hình bóng mẹ ngày ngày chăm chỉ đi làm những việc mà những nông dân - hàng xóm của chúng tôi

ở khu vực sơ tán - thuê làm. Cũng có thể hồi đấy nhà tôi nghèo lắm nên tôi chẳng bao giờ thấy mẹ nghỉ tay cả. Tôi luôn luôn thấy mẹ làm việc gì đó, nào là chuẩn bị cơm nước, giặt giũ, nào là đi làm nương, khâu vá, nào là làm những công việc vào buổi tối. Bà không có thời gian thanh thoi để ngồi xem vô tuyến hay nghe đài như tôi bây giờ mà phải luôn chân luôn tay làm việc. Tranh thủ giữa quãng những công việc bận rộn của mẹ, tôi vẫn hay được mẹ đọc sách cho nghe. Kể cả khi đã trưởng thành, mỗi lần nhớ lại những kỉ niệm ấy tôi vẫn thấy tình cảm tâm tư mẹ dành cho tôi mỗi khi đọc sách là đáng trân trọng hơn tất cả.

Đó là chân dung những bà mẹ thời Minh Trị, chẳng có lẽ sống nào khác ngoài việc chăm chú nuôi dạy con cái mình. Chính vì thế ba đứa chúng tôi thấy mình vô cùng hạnh phúc. Có điều nếu như ở thời đại ngày nay mà nhìn về quá khứ, liệu cuộc đời của mẹ đã hạnh phúc hay chưa? Khó có thể nói rằng bà đã thực sự hạnh phúc.

Mẹ tôi đã từng rất hạnh phúc. Có lúc tôi vẫn tự hỏi tại sao ngày xưa chẳng có thứ gì và cuộc sống thì nghèo khó thế mà mẹ tôi vẫn ngày ngày đi làm và vẫn chăm sóc nuôi các con đàn ông trưởng thành được? Tôi chợt nhận ra rằng đó là vì mẹ tôi đã sống ngày qua ngày trong suy nghĩ được ở trong vòng tay thân thương của những người dân trong làng. Mẹ tôi đã thấy mình được thanh thoi, được



thư thái trong những câu chuyện bên bờ giếng với những người hàng xóm hoặc có lẽ bà thấy rất vui khi được trò chuyện với họ. Với người dân trong làng những điều ấy là sự an ủi trong tâm hồn là niềm vui, niềm mong chờ của họ.

Tôi vẫn còn nhớ một chuyện thế này. Nhà tôi hết xì dầu nên mẹ cầm cái đĩa sang nhà hàng xóm để xin một chút, đến giờ cơm rồi mà mãi vẫn chưa thấy mẹ về, hóa ra là mẹ tôi vào nhà hàng xóm và được mời ăn miếng khoai nên mới lâu thế. Bà yêu thương mọi người quăn quýt với họ và muốn làm điều gì đó cùng với mọi người. Những điều ấy làm bà thấy vui.

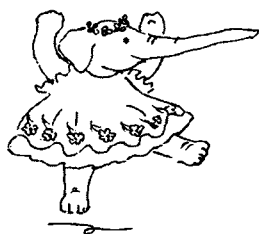
Cả nhà đói meo ngồi chờ mãi mà chẳng thấy mẹ về. Tôi chạy đi tìm thì mẹ bảo: “Mẹ nói chuyện một chút ấy mà”. Rồi bà bảo: “Thôi em phải về rồi. Con cũng vào đây xin bác một củ khoai đi” thế là tôi lại xin hàng xóm khoai mang về. Đó là khi mọi người thấy thoải mái trong các mối quan hệ với nhau. Chính nhờ có những mối quan hệ cởi mở và sâu sắc như thế nên con người ta có thể đương đầu với đói nghèo cũng như những điều không hay xảy đến. Chắc hẳn mẹ tôi đã có được sức mạnh ấy.



Cách sống thuộc về bản chất đã ăn sâu vào suy nghĩ của mẹ tôi và không hề thay đổi từ khi chúng tôi còn bé cho tới cả khi bà ở cùng với chúng tôi sau này.

Tôi chưa bao giờ chứng kiến mẹ tôi mua một tấm áo cho riêng mình. Cũng có thể là gia đình tôi nghèo nhưng tôi cảm thấy có lẽ mẹ không định mua thì đúng hơn. Hỏi các bạn sẽ đặt câu hỏi vậy mẹ tôi mặc gì phải không? Khi bố mẹ, các chị em, hay có người họ hàng mất đi mẹ tôi thường được chia cắt kỷ vật và quần áo thế là mẹ tôi cứ lần lượt mặc những bộ quần áo ấy. Mẹ tôi mặc những bộ quần áo trong những kỷ vật ấy nên tự bản thân mình mẹ không bao giờ mong muốn có một bộ cánh mới.

Mẹ tôi cũng chưa bao giờ có trải nghiệm đi tắm suối nước nóng. Khi ở cùng với gia đình tôi sau này, tôi có rủ mẹ “Mẹ giờ đã già rồi, cũng phải đi một lần cho biết chứ”. Thế nhưng bà nói với tôi rằng: “Đi tàu xe chỉ có một người, tắm bồn ở nhà là thích nhất rồi”. Và mẹ tôi chẳng có ý định đi tắm suối nước nóng. Bà bảo hàng ngày ở nhà lúc nào thích cũng có thể tắm bồn ngay lập tức hà cớ gì mà phải sống xa hoa thế, bà thấy không quen. Những trải



nghiệm về cuộc sống nghèo khổ ở làng quê ngày xưa khi bà phải kéo chúng tôi lúc còn nhỏ xíu đi xin một chút nước nóng đã ăn sâu vào bà nên chắc hẳn mẹ tôi nghĩ thế này là hạnh phúc lắm rồi.

Nhưng vì tôi giục già nhiều lần quá nên bà đến cửa hàng bên cạnh mua một ít bột sưởi nước nóng mang về đổ vào bồn tắm cho nước có màu đục như sữa và bà coi như đó là sưởi nước nóng Kusatsu. Mẹ tôi bảo thế này là đã đủ trải nghiệm sưởi nước nóng rồi. Đến bây giờ tôi vẫn thấy hối hận vì chưa bao giờ đưa mẹ đi tắm sưởi nước nóng dù chỉ một lần. Nói là hối hận nhưng quả thực cứ ép một người không thích phải đi tắm sưởi nước nóng có khi lại khiến cho người ấy cảm thấy khổ sở cũng nên.

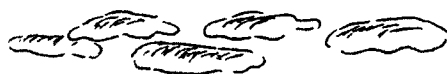
Đã 30 năm kể từ khi chúng tôi chuyển nhà đến khu Machida bây giờ. Trước đó, gia đình tôi sống ở khu Takadanobaba, Shinjuku. Chỉ cần đi 3 bến xe buýt tính từ cửa ga là đến ngay cửa nhà tôi. Khoảng cách các bến xe buýt rất là gần nên 3 bến không phải là quá xa song cũng không phải là gần để mà đi bộ.

Thế nhưng mẹ tôi chẳng bao giờ chịu đi xe buýt cả. Thanh niên chúng tôi ngay lập tức trèo lên xe buýt để về, nhưng người sinh

ra ở thời Minh Trị như mẹ tôi thấy việc đi bộ như thế là quá bình thường. Mẹ tôi vẫn bảo: “Khoảng cách ấy nào có thấm thía gì so với đường mẹ vẫn đi làm ruộng hàng ngày hay đường đi ra bưu điện hay là đến bác sĩ trong làng hoặc là đến trụ sở chính quyền cơ chứ”. Có thể ngày xưa là như thế. Vậy nên thời ấy người ta thấy đi bộ là quá bình thường. Mẹ tôi vẫn thường nói “chờ được xe buýt tiếp theo khéo mẹ về đến nhà rồi”. Thực tế, mẹ tôi quả là một bà cụ khỏe mạnh và hoạt bát.

Mẹ tôi có những nhu cầu, nguyện vọng cũng như cách sống khác với chúng tôi rất nhiều. Vào thời đại bây giờ khó có thể nói cách sống như thế là tốt. Nhưng bản thân mẹ tôi lại không thấy đó là khổ nên vẫn sống vậy.

Công việc nuôi dạy con cái thực sự là cần sự nhẫn nại và chịu đựng. Nhưng nếu nói từ phản ứng của chúng ta ngày nay, việc nuôi dạy trẻ chỉ là một sự nhẫn nại mà thôi. Tôi không biết ngoài kia có mẫu bà mẹ lý tưởng nào không, nhưng nếu có một bà mẹ lý tưởng như trong tranh thì hẳn đó phải là người thấy vui vì sự chịu đựng ấy. Vậy nên đối với những người như thế việc nuôi dạy trẻ không có gì phải chịu đựng cả. Mẹ tôi đã từng là một người hạnh phúc chỉ với việc nuôi dạy con cái. Bà còn thấy vui mừng khi những đứa con được đi học, khi chúng tham gia các hoạt động ở



những buổi biểu diễn hay ngày hội thể thao, những đứa con đến một lúc nào đó lớn lên bắt đầu đi làm.

Tôi nhận được mẹ bị bệnh tin khi đang đi du học. Bác sĩ chính chữa trị cho mẹ tôi lại là một người bạn thân ở bệnh viện nơi tôi đã từng làm việc trước khi đi du học. Bạn tôi khuyên tôi nên về nước nếu có thể. Khi tôi nói chuyện này với hai giáo sư hướng dẫn nơi tôi đang du học thì cả hai giáo sư đều khuyên tôi nên về nước.



Giáo sư bảo tôi bao giờ bệnh tình của mẹ tôi đỡ thì lại sang đây học tập tiếp.

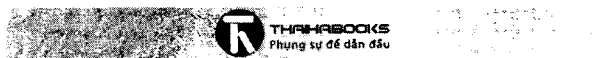
Vợ chồng tôi dự kiến đi du học trong vòng 2 năm, nhưng chỉ trong hơn một năm chúng tôi đã về nước. Thấy chúng tôi về mẹ tôi vui lắm. Bố tôi cũng thế. Sau này những năm cuối đời có những lúc mẹ tôi buột mồm nói: “Cảm ơn con vì con đã thành một bác sĩ khoa thần kinh”. Bà nghĩ là đó một điều vô cùng tuyệt vời.



Thái Hà Books trân trọng cảm ơn mọi ý kiến đóng góp của độc giả.

Mọi thông tin xin gửi về:

- Góp ý về biên tập: publication@thaihabooks.com
- Góp ý về bản quyền: copyright@thaihabooks.com
- Tư vấn dịch vụ xuất bản: dichvuxuatban@thaihabooks.com



Công ty Cổ phần Sách Thái Hà

Trụ sở chính: 119 C5 Tô Hiệu -

Nghĩa Tân - Cầu Giấy - Hà Nội

Tel: (04) 3793 0480; Fax: (04) 6287 3238

VP-TPHCM: 533/9 Huỳnh Văn Bánh - P. 14 - Q. Phú Nhuận

Tel: (08) 6276 1719; Fax: (08) 3991 3276

Website: www.thaihabooks.com

Nhà sách Thái Hà

119 C5 Tô Hiệu - Nghĩa Tân - Cầu Giấy - Hà Nội

Tel: (04) 6281 3638

Website: www.nhasachthaiha.vn



Gia: 86.000đ

