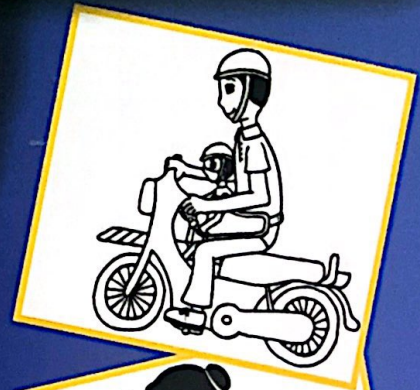


Phát triển cho trẻ khuyết tật thông qua hoạt động sinh hoạt hàng ngày



Trẻ
khuyết
tật

Hỗ trợ

Khả
năng

Tham gia

Phát
triển
toàn diện

Tài liệu thực hành dành cho
cha mẹ và các nhân viên cộng đồng
- Tái bản lần thứ tư có hiệu đính -

Năm bước hướng dẫn gia đình có trẻ khuyết tật

Buổi gặp đầu tiên với gia đình (gặp cả ông bà):

1

- xác định tình trạng bệnh và những vấn đề của cơ thể (hoạt động của cơ thể)
- xác định những hoạt động và cách thức trẻ tham gia vào những hoạt động đó ở nhà, trường và trong cộng đồng
- xác định những gì trẻ làm được và không làm được (các hoạt động và sự tham gia) bằng cách phỏng vấn các gia đình về hoạt động thường ngày và điền vào Bảng liệt kê khả năng. (xem trang 13)
- tìm hiểu gia cảnh, trình độ học vấn của cha mẹ v.v.. (các yếu tố môi trường và cá nhân) trong việc chọn các cách thích hợp để trợ giúp và giao tiếp
- chọn những vấn đề ưu tiên

Gặp trẻ lần 2:

2

- quan sát những hoạt động/vấn đề đã chọn và xác định những thế mạnh và điểm yếu bằng cách sử dụng bảng bốn biến tố để ghi thông tin: bản thân trẻ, gia đình, các dụng cụ và môi trường
- nếu được: thì hãy quay phim lại các hoạt động, điều đó sẽ giúp bạn quan sát và đánh giá tốt hơn về sau này
- lập mục tiêu cùng với gia đình dựa trên những nhu cầu của cha mẹ và trẻ và các ưu tiên đã chọn.
- mục tiêu cần phải cụ thể, có thể đo lường được, có thể đạt được, thực tế và có thời gian hoàn thành.
- lên kế hoạch với những quan sát, mục tiêu và các hoạt động mà bạn dự định sẽ thực hành.
- nhìn vào 20 hoạt động hàng ngày ở trong bộ dụng cụ và chọn những hoạt động thích hợp với mục tiêu

Gặp trẻ lần 3:

3

- giới thiệu bộ dụng cụ cho gia đình giúp họ hỗ trợ con em mình phát triển
- hỏi gia đình có vui lòng cộng tác và đồng ý với các hoạt động hay không,
- đưa bộ dụng cụ cho gia đình và hướng dẫn cách dùng (đánh giá sau mỗi lần viếng thăm)
- hướng dẫn và giúp đỡ các gia đình làm dụng cụ mà họ cần (dụng cụ hỗ trợ, những dụng cụ trị liệu như trong truyện kể trị liệu)
- giới thiệu các hoạt động (từ 20 hoạt động sinh hoạt, bài tập) phù hợp với trẻ và gia đình
- tập với trẻ các hoạt động đã chọn (không tập tất cả cùng một lúc)
- chỉ cho gia đình cách thực hiện hoạt động với trẻ và cần phải hỗ trợ trẻ ra sao
- cho lời khuyên chi tiết về cách thực hiện hoạt động
- cả gia đình cùng tập với trẻ trong những buổi gặp mặt

Mỗi chuyến viếng thăm sau đó:

4

- quan sát những gì gia đình đã tập được, các hoạt động được tiến hành ra sao và hướng dẫn lại nếu cần.
- lựa chọn hoạt động tiếp theo và lặp lại các bước từ e - h (xem hộp 3 ở trên)
- lượng giá những bài tập và những mục tiêu với gia đình
- viết ra những thông tin để theo dõi quá trình ở trẻ, hoạt động nào đã được tập và diễn ra như thế nào.

Sau 3 tháng hoặc trong quá trình đánh giá:

5

- lượng giá lại các mục tiêu
- đề gia đình điền vào Bảng liệt kê khả năng của trẻ một lần nữa: họ đã học được những gì và những gì đã thay đổi
- lập kế hoạch mới dựa trên những gì trẻ và gia đình đã đạt được

Tác giả:

Angelique Kester, nhà Hoạt động Trị liệu, Trung tâm Phục hồi Chức năng Rijndam
thay mặt cho Tổ chức The Butterfly Basket

Nhóm khởi xướng:

Angelique Kester, nhà Hoạt động Trị liệu, Trung tâm Phục hồi Chức năng Rijndam
Sylvie Suijkerbuijk, nhà Hoạt động Trị liệu, Trung tâm Phục hồi Chức năng Rijndam
Astrid Udo, nhà Vật lý Trị liệu, Trung tâm Phục hồi Chức năng Rijndam
Dominique De Backere-Ferket, nhà Ngôn ngữ Trị liệu, Auris
Michelle van Vliet, nhà Hoạt động Trị liệu, Trung tâm Phục hồi Chức năng Rijndam
Vera Kaelin, nhà Hoạt động Trị liệu, Đại học Khoa học ứng dụng Zurich

Bản quyền ©:

Bản quyền đã được công nhận. Không được sao chép, in ấn hay phân phối dưới hình thức giấy in hay điện tử bất cứ phần nào của quyển sách này mà không có sự cho phép của các tác giả. Xin đừng tham dự hoặc khuyến khích sự vi phạm tác quyền của các tác giả. Xin giúp chúng tôi bảo vệ nhiệm vụ của mình.

Xuất bản:

Lần một: tháng 4 năm 2012, Việt Nam
Lần hai: tháng 4 năm 2014, Việt Nam
Hiệu đính: tháng 9 năm 2015, Việt Nam
Lần ba: tháng 5 năm 2016, Việt Nam

Chú ý:

Trong cuốn sách có những từ "anh, anh ấy, của anh ấy", bạn cũng có thể đọc là "chị, chị ấy, của chị ấy"

Xin gửi lời cảm ơn đặc biệt đến:

Những em bé, những nhà trị liệu và nhân viên cộng đồng đã truyền nguồn cảm hứng cho chúng tôi

Tất cả những người đã giúp chúng tôi trong việc dịch tài liệu này

Cô Thu Hiền và các nhân viên của tổ chức NLR đã biên dịch và hỗ trợ in ấn cuốn sách này

Roelie Wolting, giảng viên PHDVCD, nhà tư vấn, nhà vật lý trị liệu

Anne Smalt, www.annesmalt.nl giúp minh họa màu

Trung tâm Phục hồi Chức năng Rijndam

Các thành viên của tổ chức Butterfly Basket Foundation

Được tài trợ bởi:

Cuốn sách này của tổ chức The Butterfly Basket Foundation đã được xuất bản bởi Trung tâm Phục hồi chức năng Rijndam và một số nhà tài trợ khác. Chi tiết về các nhà tài trợ có thể tra cứu trên địa chỉ trang web của chúng tôi: www.butterflybasketfoundation.com.

Dự án này được tiến cử bởi:

Michael P. Bergen, Bác sĩ, Tiến sĩ
Bác sĩ phục hồi, thành viên hội đồng quản trị
Trung tâm Phục hồi Chức năng Rijndam



Mục lục:

Trang Nội dung

4 Chương 1: Thông tin tổng quát

5 1.1 Lời mở đầu

6 1.2 Tổ chức Butterfly Basket Foundation

7 1.3 Lời giới thiệu

8 1.4 Cách sử dụng cuốn sách và tóm tắt các tài liệu giúp bạn và con của bạn

10 1.5 Các giác quan, cơ thể và sự chuyển động, giao tiếp

11 1.6 Ba ví dụ về trẻ với các mức độ khuyết tật khác nhau

12 1.7 Làm thế nào để áp dụng những hướng dẫn trong cuốn sách này đối với các vấn đề thị giác

13 1.8 Làm thế nào để áp dụng những hướng dẫn trong cuốn sách này nếu trẻ không muốn hợp tác

14 Chương 2: Bài tập - Bảng liệt kê khả năng

15 Bài tập: Bảng liệt kê Khả năng ở trẻ (trước chương trình)

16 Chương 3: Bài tập - Phát triển thông qua những hoạt động sinh hoạt hàng ngày (ADL) - làm thế nào để thu hút con bạn vào những hoạt động này

17 1. Lên giường ngủ - Ngủ - Thức giấc

18 2. Đi vệ sinh hoặc thay tã

19 3. Ăn và uống

20 4. Đánh răng và rửa mặt

21 5. Thay quần áo

22 6. Di chuyển bằng xe đạp/xe máy

23 7. Công việc: ngoài trời

24 8. Công việc: bán rau củ quả, củi, hoa...

25 9. Công việc: may, vá, đan áo, làm nón, làm nhang

26 10. Chăm sóc vật nuôi

27 11. Dọn dẹp nhà cửa (lau chùi, quét bụi...)

28 12. Làm vườn

29 13. Nghỉ ngơi/thư giãn

30 14. Đi chợ hay đi ra cửa hàng

31 15. Công việc gia đình: may, vá

32 16. Nấu nướng và chuẩn bị bữa ăn

33 17. Giặt giũ và rửa bát

34 18. Tắm và lau khô cho trẻ

35 19. Thời gian giải trí

36 20. Đời sống gia đình: người nhà đến thăm hoặc đến thăm nhà gia đình khác

37 21. Tự chơi

38 22. Chơi với những trẻ khác

39 Chương 4: Bài tập - những khả năng

40 Bài tập: Bảng liệt kê những khả năng của trẻ (sau chương trình)

41 Chương 5: Hướng dẫn cách làm dụng cụ trợ giúp

70 Thông tin liên hệ

Chương 1: Thông tin chung



'Quá trình giúp trẻ khuyết tật tham gia vào xã hội như một tổng thể bắt đầu bằng sự tiếp cận những kinh nghiệm hàng ngày trong cách bố trí nhà cửa, trong đó cha mẹ và những người chăm sóc trẻ đóng vai trò trung tâm. Đối với trẻ khuyết tật, sự can thiệp sớm bao gồm việc kích thích và tương tác với cha mẹ sớm sau khi sinh là điều thiết yếu để trẻ phát triển. Giống như những đứa trẻ bình thường khác, trẻ khuyết tật có những năng lực tiến bộ tiềm tàng.' (Innocenti Digest Số 13 "Nâng cao Quyền của Trẻ em Khuyết tật" UNICEF, 2007)

Sự tham gia thông qua
sinh hoạt hàng ngày

1.1 Lời mở đầu của Roelie Wolting

Roelie Wolting ban đầu là một nhà vật lý trị liệu, chuyên gia phục hồi chức năng cho trẻ em. Sau đó cô tham gia vào chương trình Phục hồi chức năng dựa trên cộng đồng (CBR) ở một số nước châu Á từ năm 1991. Roelie đã sống và làm việc ở Huế, Việt Nam từ năm 1997 đến năm 2000. Cô là một huấn luyện viên CBR và nhà tư vấn cho một số chương trình CBR tại Việt Nam với sự hỗ trợ của Caritas Đức và Bộ Lao động thương binh và xã hội.

Hầu hết trẻ em ở Việt Nam đều được đi học và ngày càng có nhiều trẻ em khuyết tật đang theo học tại các trường học bình thường. Mục tiêu của chính phủ Việt Nam là để trẻ khuyết tật được tham gia vào các trường học bình thường. Vẫn còn có một nhóm các trẻ em không được đi học mà chúng ta vẫn chưa nắm rõ số liệu cụ thể. Những gì chúng ta biết là trẻ em có mức độ khuyết tật phức tạp và nặng thường không được đi học ở những trường bình thường cũng như các trường học đặc biệt. Chúng ta cũng biết rằng hầu hết các bậc cha mẹ không biết làm thế nào để hỗ trợ cho con phát triển khi bé bị đa khuyết tật. Nhiều người gặp gỡ và nhìn thấy trẻ bị khuyết tật nặng cho rằng các em không thể học được bất cứ điều gì, nhưng họ đều không nhận ra tiềm năng và khả năng mà đứa trẻ có. Một đứa trẻ bị khuyết tật về thể chất nặng, có thể có một khối óc rất thông minh. Một đứa trẻ bị khuyết tật trí tuệ nghiêm trọng, có lẽ sẽ không bao giờ có thể đọc, viết và học một công việc, nhưng có thể học cách tự chăm sóc bản thân và hỗ trợ việc nhà (đơn giản). Và có những đứa trẻ đa khuyết tật, có thể sẽ phụ thuộc toàn bộ cuộc sống của mình vào người khác nhưng vẫn có thể học được các kỹ năng. Các em, dù có hay không có khuyết tật, đều có những điểm chung, đó là các em đều là trẻ em, đều cần Vitamin L (=tình yêu) và các em cần được lớn lên và phát triển khả năng của mình.

Cuốn sách này đã lấp đầy một khoảng cách, bởi vì hiện có rất ít các cuốn sách thiết thực có thể mua được giúp các bậc cha mẹ cũng như các chuyên gia để hỗ trợ trẻ khuyết tật nặng. Đó là một trách nhiệm nặng nề cho cha mẹ để hỗ trợ trẻ ở nhà, mà nhà lại là nơi tốt nhất cho tất cả các trẻ em lớn lên, kể cả trẻ đa khuyết tật. Các bậc cha mẹ bận rộn với công việc cũng như với những đứa con khác. Sẽ rất khó khăn để tạo ra một khoảng thời gian đặc biệt cho đứa trẻ bị khuyết tật. Tất cả mọi trẻ em học tốt nhất qua những hoạt động vui chơi vui vẻ. Thời gian cho ăn uống, mặc quần áo, tắm rửa và chuẩn bị thức ăn đều có thể là những khoảng thời gian để dạy trẻ và biến thành những khoảnh khắc học tập vui tươi. Cuốn sách này sẽ giúp các bậc cha mẹ biết làm thế nào để sử dụng những hoạt động hàng ngày để kích thích và chơi với con mình, để con có thể lớn lên, phát triển và hạnh phúc. Điều này cũng sẽ cải thiện mối quan hệ giữa cha mẹ và con, giúp ngăn chặn những khó khăn về hành vi và giúp trẻ trở nên càng ngày càng độc lập trong sinh hoạt hàng ngày.

Hai nhà trị liệu Hà Lan với kinh nghiệm nhiều năm làm việc với trẻ khuyết tật nặng ở Hà Lan đã phát triển một chương trình đào tạo cho các chuyên gia và cuốn sách này chính là để hỗ trợ cho việc đó. Họ đã đi du lịch nhiều lần đến Việt Nam, tư vấn cho các cha mẹ người Việt, giáo viên và các nhà trị liệu để đảm bảo rằng cuốn sách này có thể đáp ứng được nhu cầu. Họ cũng đã phát triển chương trình đào tạo và một bộ công cụ để hỗ trợ các chuyên gia về kiến thức cũng như kỹ năng làm thế nào để giúp đỡ và hướng dẫn cha mẹ của một đứa trẻ khuyết tật nặng. Và họ đã viết một cuốn sách hướng dẫn thực hành cho các bậc cha mẹ để cung cấp cho họ công cụ, ý tưởng và hoạt động vui chơi sử dụng trong sinh hoạt hàng ngày với con em mình.

Cuốn sách này, cùng với việc đào tạo, hỗ trợ giáo viên, nhân viên CBR và những người làm việc với trẻ em khuyết tật và cha mẹ các em để hỗ trợ các bậc phụ huynh trong việc chăm sóc các em hàng ngày.

Roelie Wolting, giảng viên và cố vấn Phục hồi dựa vào cộng đồng

1.2 Tổ chức Butterfly Basket

Chia sẻ tri thức Phát triển năng lực



Tầm nhìn

Tầm nhìn của chúng tôi là hòa nhập trẻ khuyết tật tại Việt Nam vào cộng đồng và các hoạt động thường ngày của trẻ nhiều nhất có thể. Chúng tôi thực hiện điều này thông qua việc đào tạo kỹ thuật viên và cán bộ công tác xã hội tại địa phương dựa trên những thách thức và nhu cầu phát sinh tại Việt Nam.

Sứ mệnh và Chiến lược

Gia tăng chất lượng cuộc sống của trẻ đa khuyết tật ở những nước phát triển. Tổ chức The Butterfly Basket muốn đạt được điều này bằng cách thúc đẩy các hoạt động can thiệp sớm thông qua các nhà trị liệu và nhân viên cộng đồng sở tại, làm việc với gia đình trẻ. Tính bền vững là một nguyên tắc quan trọng trong dự án của chúng tôi. Chúng tôi đạt được điều này thông qua: nguyên tắc Đào tạo Huấn luyện viên (nâng cao năng lực), bộ dụng cụ của chúng tôi, xây dựng các nhóm tư vấn đồng đẳng tại Việt Nam và hợp tác với các tổ chức tại địa phương (tổ chức xã hội).

Về tổ chức

Từ ngày 21 tháng 3 năm 2011, Tổ chức The Butterfly Basket chính thức trở thành một tổ chức phi chính phủ Hà Lan (NGO) với sáu thành viên và một nhóm tình nguyện viên có chuyên môn khác nhau ở lĩnh vực chăm sóc sức khỏe và quản lý dự án. Các dự án được thực hiện bởi các nhà trị liệu (vận động, vật lý và ngôn ngữ) Hà Lan có nhiều năm kinh nghiệm, được hỗ trợ bởi các tình nguyện viên.

Về The Butterfly Basket

Danh xưng 'The Butterfly Basket' phát sinh từ năm 2006, lấy cảm hứng từ một bài thơ mô tả trẻ em và năng lực của trẻ gây ấn tượng sâu sắc. The Basket (cái rổ) tượng trưng cho năng lực, tri thức và 'công cụ' thực hành mà chúng tôi muốn dâng tặng cho các bậc cha mẹ, nhân viên cộng đồng và các nhà trị liệu thông qua việc đào tạo huấn luyện viên. Chúng tôi đã phát triển bộ công cụ này để hỗ trợ sứ mệnh của chúng tôi.

Các mục tiêu

- Đào tạo huấn luyện viên tại Việt Nam, làm việc với các tổ chức phi chính phủ có sẵn phương tiện chăm sóc và điều trị cho những trẻ đa khuyết tật sống tại nhà với gia đình.
- Hỗ trợ các nhà trị liệu và nhân viên cộng đồng bằng cách nâng cao năng lực trong việc thúc đẩy sự phát triển và tham gia của trẻ đa khuyết tật trong cuộc sống hàng ngày.

1.3 Lời giới thiệu

Cuốn sách là gì ?

Quyển sách này, được gọi là bộ công cụ, có nghĩa là nó hỗ trợ cha mẹ, giáo viên, những người chăm sóc trẻ, nhân viên cộng đồng và các nhà trị liệu bằng cách hướng dẫn, chăm sóc và điều trị cho trẻ đa khuyết tật. Cuốn sách này hướng đến môi trường tại nhà, sự tham gia vào các hoạt động hàng ngày. Các nhà trị liệu và nhân viên cộng đồng có thể đưa cuốn sách này cho cha mẹ trẻ và hướng dẫn họ. Cuốn sách bao gồm các bài tập và lời khuyên liên quan tới việc phát triển các giác quan, cơ thể và sự vận động, giao tiếp thông qua các hoạt động hàng ngày. Trong khóa tập huấn của chúng tôi, chúng tôi hướng dẫn nhân viên cộng đồng và các nhà trị liệu cách sử dụng cuốn sách này và cách đào tạo lại người khác.

Mục tiêu của cuốn sách này

Được hỗ trợ bởi nhân viên cộng đồng và các nhà trị liệu, cuốn sách này trao cho bạn những lời khuyên và chiến lược thực tế về việc làm thế nào để kích thích sự phát triển của con trẻ thông qua các hoạt động sinh hoạt hàng ngày. Bằng cách tham gia vào các hoạt động sinh hoạt hàng ngày, trẻ có thể:

- phát triển trong khả năng tối đa của mình
- có khả năng thể hiện những năng lực của trẻ
- trải nghiệm cuộc sống
- tiếp nhận kiến thức về các dụng cụ và môi trường của trẻ
- cải thiện các kỹ năng vận động
- học cách xử lý và điều chỉnh thông tin giác quan
- kích thích và cải thiện giao tiếp

Về trẻ

Chúng tôi hướng đến trẻ đa khuyết tật. Điều này có nghĩa là trẻ có thể có khuyết tật ở nhiều vùng như thể chất, trí tuệ, giác quan. Những vấn đề về ăn uống và dinh dưỡng xảy ra cũng thường xuyên như bị động kinh, gồng cứng, những vấn đề về nghe-nhìn

Mối tương quan giữa những vấn đề này làm trầm trọng thêm sự phức tạp của các khuyết tật và có thể dẫn tới: các khớp phát triển dính vào nhau, quá hoặc kém kích thích, những hành vi khó hiểu như khóc nhiều, la hét, tự làm tổn thương, ghét động chạm hoặc âm thanh, thu mình vào thế giới riêng của trẻ. Hành vi này xảy ra trong những môi trường mà trẻ không được lôi kéo tham gia vào các hoạt động sinh hoạt hàng ngày và bị quá tải hoặc tước đoạt mất sự vận động, âm thanh, sự va chạm, thông tin về vị giác, thính giác và/hoặc thị giác mà trẻ không hiểu.

Có được một môi trường an toàn và tạo kích thích trong khi điều trị và hướng dẫn là điều quan trọng. Khi đó, với môi trường ít nguy hiểm cho trẻ, trẻ có thể phát triển và có đủ thời gian và các tiếp nhận để có thể đáp ứng*. Cho dù những bước tiến triển có nhỏ bé đến đâu thì đó vẫn là những bước tiến mà trẻ có thể đạt được. Thúc đẩy sự phát triển năng lực trong trẻ làm gia tăng sức khỏe, giảm co rút khớp và cải thiện tương tác giữa trẻ và môi trường của trẻ. Điều quan trọng nhất là: trẻ có thể tham gia vào cuộc sống gia đình và cộng đồng theo cách riêng của trẻ. Những gì bạn thấy chưa chắc đã là những gì trẻ có thể làm được, khi được hỗ trợ. Cuốn sách này cung cấp cho bạn ý tưởng làm thế nào để hỗ trợ và tăng cường những bước tiến trong sự phát triển của trẻ.

Khả năng của trẻ khuyết tật

Mọi đứa trẻ đều có khả năng:

- cảm giác và trải nghiệm
- trải nghiệm nhận thức cơ thể
- giao tiếp thông qua ngôn ngữ cơ thể
- nhận thấy môi trường và con người
- đáp ứng với môi trường và cá nhân đặc thù (=giao tiếp)
- phát triển sự giao tiếp đó
- phát triển một kỹ năng xã hội
- thể hiện sự sống của trẻ
- phát triển các nhu cầu
- thích nghi với hoàn cảnh mới
- học tập và phát triển bản thân

* nguồn: 'Ontwikkelingsbehoeften' tác giả Carla Vlas Kamp

1.4 Cách sử dụng cuốn sách và tóm tắt các tài liệu giúp bạn và con của bạn

Dùng cuốn sách này như thế nào:

Yêu cầu nhân viên cộng đồng hoặc các nhà trị liệu giúp bạn sử dụng cuốn sách này với con của bạn và ứng dụng các công cụ. Tìm hiểu cuốn sách từ đầu tới cuối. Nói chung, cuốn sách bám theo các giai đoạn của một quá trình trị liệu, hoặc được áp dụng cho đời sống hàng ngày. Nếu bạn không biết nhân viên cộng đồng hoặc nhà trị liệu nào, hãy đề nghị một tổ chức xã hội hỗ trợ. Bạn không cần phải làm tất cả mọi điều đề cập trong cuốn sách ngay lập tức. Bạn có thể sử dụng theo thứ tự sau:

1. Xem và đọc cuốn sách này để biết nó nói về điều gì.
2. Xem trang 13 xem hình ảnh nào giống với con bạn nhất.
3. Điền vào bảng liệt kê khả năng ở trang 15.
4. Chọn từng hoạt động một để thực hành với con bạn cho đến khi trẻ thành thạo.
5. Chọn hoạt động tiếp theo và tiếp tục, hãy để gia đình và bạn bè giúp bạn.
6. Để đánh giá các hoạt động, hãy điền vào Bảng liệt kê khả năng một lần nữa ở trang 83.
7. Lặp lại các hoạt động càng nhiều lần càng tốt cho đến khi trẻ cảm thấy thoải mái với hoạt động đó.

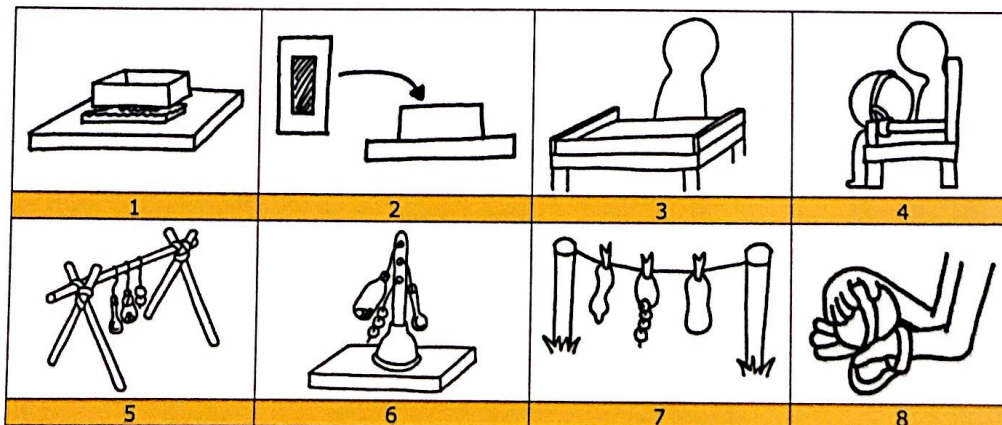
Các hướng dẫn trong cuốn sách này phù hợp với trẻ khuyết tật. Trẻ có thể bị bại não (tổn thương phần não kiểm soát về cơ) hoặc gặp phải những vấn đề khác về thị giác và hành vi. Mặc dù cuốn sách này được biên soạn dành cho trẻ khuyết tật, nhưng có rất nhiều hướng dẫn có thể áp dụng cho thanh thiếu niên khuyết tật. Thông qua cuốn sách này chúng tôi đưa ra những lời khuyên dựa trên 3 loại khuyết tật của trẻ với những nhu cầu được hỗ trợ khác nhau. Xin hãy đọc hết các hướng dẫn cho tất cả các loại khuyết tật của trẻ, bởi vì những hướng dẫn dành cho những trẻ khuyết tật có nhu cầu hỗ trợ khác với con bạn cũng có thể áp dụng được với chính con bạn. Trong cuốn sách này, bạn cũng có thể tìm thấy những thông tin khác về việc áp dụng những hướng dẫn nếu trẻ có vấn đề về thị giác hoặc hành vi (xin xem mục 1.7 và 1.8).

Hãy lặp lại những hoạt động mà con bạn thích và tự làm ra những dụng cụ như trong cuốn sách này, sử dụng những nguyên liệu sẵn có ở trong hoặc xung quanh nhà bạn. Tận dụng những dụng cụ quen thuộc với bạn và theo sở thích hoặc mong muốn của con bạn nếu cần thiết. Chúng tôi sẽ giải thích với bạn cách sử dụng các dụng cụ khác nhau làm thế nào để thực hành các hướng dẫn sau đó. Ở cuối cuốn sách này bạn có thể thấy 1 bảng hướng dẫn làm thế nào để tạo ra một số dụng cụ trợ giúp ví dụ như trợ giúp ngồi, nằm, di chuyển và ăn.

Làm thế nào để giữ các vật dụng ở gần con bạn:

Trẻ khuyết tật thường gặp khó khăn trong việc giữ các đồ dùng ở trong tầm với bởi không phải lúc nào chúng cũng nhìn thấy nó, giữ nó trong tầm mắt, kiểm soát hành động để giữ nó ở gần và tự mình tìm thấy nó. Dưới đây là một vài ý tưởng để giúp bạn trong vấn đề này:

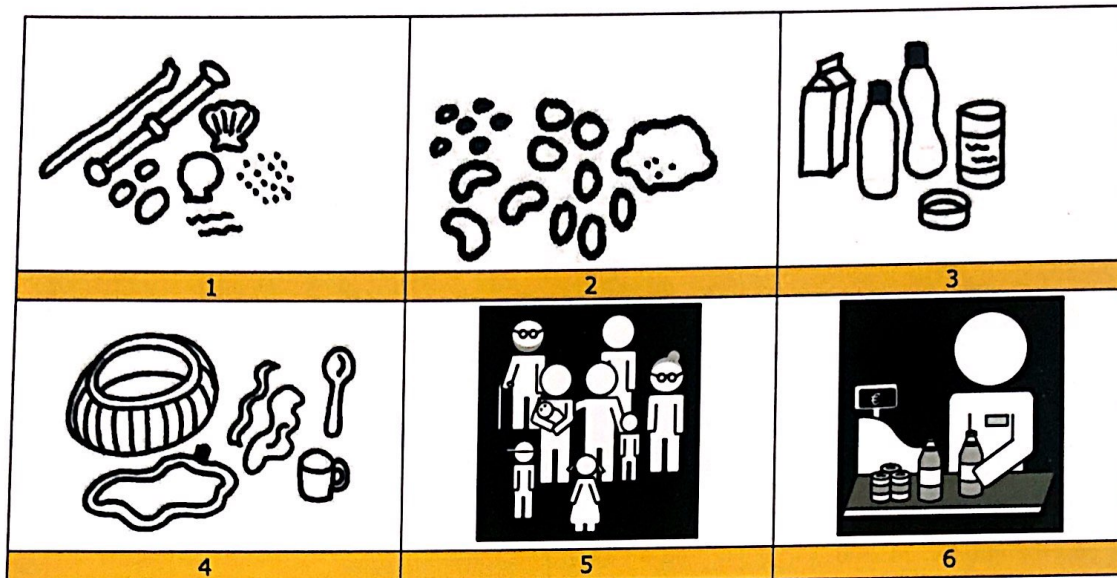
1. Khâu hoặc dính các nguyên vật liệu vào bàn bằng khóa dán.
2. Cũng làm như thế đối với băng dính hay tấm cao su trái (bàn) tạm để tránh trượt.
3. Tạo gờ bằng gỗ cho các cạnh của bàn thì vật dụng không bị lăn rơi mất.
4. Dính một dải vải vào vật dụng (không quá dài) vào bàn, ghế hoặc giường.
5. Lấy một cái khung bằng sắt hoặc gỗ, dính vật vào vừa tầm với, tầm nghe hoặc tầm nhìn ở phía trên hay trước mặt trẻ.
6. Bạn có thể dính các vật dụng với dây thừng hay dây vải vào một cái thông bồn cầu (mới hoặc rất sạch) bằng cách làm lỗ trên cán gỗ rồi xỏ dây vào.
7. Khi căng dây thừng hay dây phơi đồ phía trên trẻ, bạn có thể dính vật dụng vào đó bằng dây hoặc kẹp phơi quần áo. (cẩn thận để tránh trẻ bị mắc vào đó).
8. Những vật dụng nhỏ có thể để trong tầm với của trẻ bằng cách buộc vào đó một sợi vải, khóa dán hay một cái băng quanh cổ tay. Không quá chặt cũng không quá lỏng. Tránh bị thắt vào luôn.



Những thứ bạn cũng có thể dùng để làm vật dụng

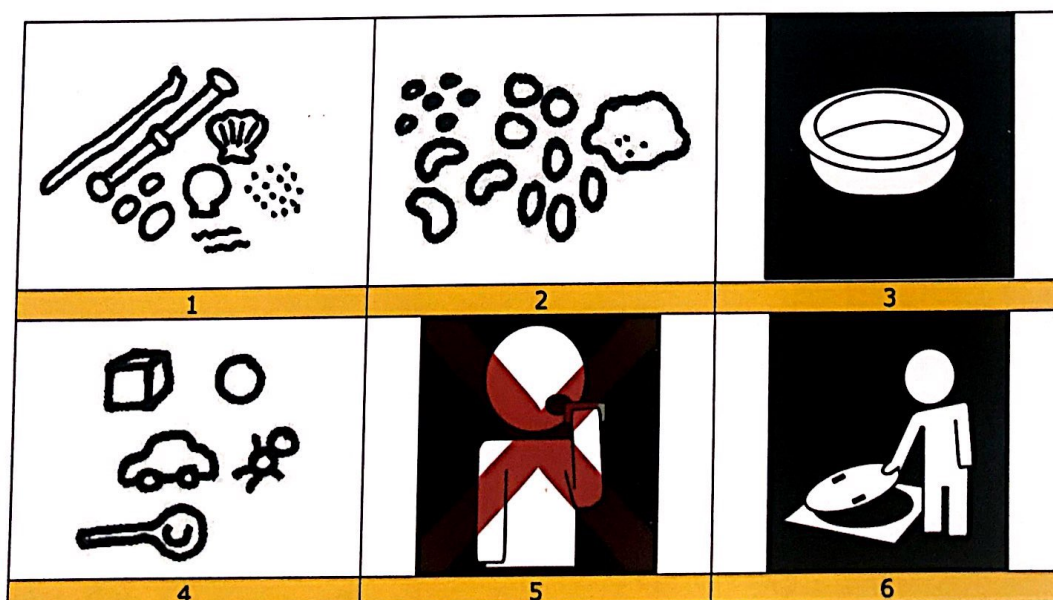
(bất cứ hình dạng và màu sắc gì)

1. Những vật liệu tự nhiên như: những cành cây, tre, vôi, vỏ sò, thạch anh, cát, nước.
2. Các nguyên liệu để ăn như: các loại quả, hạt, trái cây sấy khô, gạo, hoa.
3. Các vật liệu dùng để đóng gói như: hộp các tông, hộp nhựa, gỗ, chai lọ, nắp đậy.
4. Những vật dụng tái chế như: lốp xe hơi/xe đạp cũ, dây thùng, mảnh vải (các chất liệu khác nhau), cốc cũ, dao kéo.
5. Yêu cầu gia đình bạn giúp thu gom những vật liệu đó.
6. Giải thích cho người bán hàng bạn muốn làm gì và bạn cần gì. Có lẽ họ có một số vật dụng thừa để bạn dùng.



Những vật liệu bạn cũng có thể dùng để tạo cảm giác cho bàn tay và/hoặc bàn chân

1. Những vật dụng tự nhiên: những cành cây, tre, vôi, vỏ sò, thạch anh, cát, nước.
2. Những nguyên liệu để ăn: các loại quả, hạt, trái cây sấy khô, gạo, hoa.
3. Bạn có thể bỏ những vật dụng vào một cái hộp thấp để sờ.
4. Để kích thích sự khám phá, bạn có thể giấu những vật nhỏ vào dưới các vật dụng.
5. Hãy cẩn thận xem những gì thì an toàn và không an toàn để khám phá bằng miệng.
6. Cất các đồ dùng trong các hộp kín có nắp đậy giữa các lần sử dụng để tránh chuột bọ.



Nguồn hình vuông minh họa màu đen (bản quyền): www.sclera.be

1.5 Các giác quan, cơ thể và sự chuyển động, giao tiếp

Trước khi chúng tôi bắt đầu các lời khuyên, các chiến lược và bài tập, chúng tôi muốn giải thích tại sao ba kĩ năng này là một trong những kĩ năng quan trọng cho sự phát triển, tại sao những lời khuyên này sẽ giúp trẻ cảm thấy thoải mái và có thể tinh táo và tham gia vào những hoạt động trong tầm khả năng của trẻ.



Các giác quan:

Các giác quan của chúng ta là nền tảng của sự phát triển. Chúng ta trải nghiệm cơ thể và thế giới xung quanh thông qua các giác quan để học tập từ đó, nhận thức nó và có thể đáp ứng bằng một cách tập trung và bình tĩnh. Khi sự phát triển của một đứa bé bị chậm trễ, hầu hết thời gian sự nhận thức và sự xử lý thông tin thông qua giác quan cũng là một vấn đề. Trẻ cần nhiều thời gian hơn để phản ứng lại, hoặc không phản ứng gì cả, hoặc phản ứng quá mạnh với một tình huống không gây đe dọa gì hoặc tìm kiếm và thêm những tiếp nhận cảm giác suốt cả ngày. Những phản ứng này có thể biến đổi theo từng đứa trẻ và từng lúc khác nhau. Trẻ cần được giúp để ở trong trạng thái được điều chỉnh và chăm sóc. Một số chiến lược hoạt động một cách nhẹ nhàng, số khác thì kích thích, bất cứ điều gì cần cho lúc đó.

Khi giúp trẻ, bạn phải tìm ra một sự cân bằng:

- ⇒ Giữa việc tạo sự an toàn cho trẻ và kích thích môi
- ⇒ Giữa chọn lựa đúng hoạt động (không quá khó và không quá dễ) để trẻ có được những bài học trải nghiệm tích cực



Cơ thể và sự chuyển động

Trẻ cần phải chuyển động và rèn luyện cơ thể của chúng để học tập từ đó. Mỗi trẻ khuyết tật lại có những khả năng khác nhau trong quá trình này. Quá trình này sẽ phát triển chậm ở những trẻ bị chậm phát triển. Một trẻ bị tổn thương não có thể bị căng cơ nhẹ và cảm giác mềm nhũn, hoặc bị căng cơ nặng kèm theo cảm giác co cứng hoặc biến thiên giữa căng cơ nhẹ và nặng. Có các kĩ thuật khác nhau bạn có thể dùng để giúp trẻ trong việc chuyển động, thực hiện các hoạt động và trải nghiệm môi trường xung quanh. Chúng tôi sẽ nói về việc này trong cuốn sách.



Giao tiếp

Kỹ năng đầu tiên trong giao tiếp là khả năng thể hiện sự thích hay không thích một điều gì đó. Điều này vốn đã được gọi là giao tiếp. Trẻ có thể giao tiếp với cơ thể của mình (ví dụ: gõng, hiểu động), tạo âm thanh hay ra hiệu bằng tay, hay các từ ngữ. Có một sự khác nhau giữa làm những điều đó một cách cố ý để cho thấy là trẻ muốn thứ gì đó và làm điều đó một cách vô thức. Một số trẻ có hành vi khó hiểu đối với những người xung quanh. Đó là một kiểu giao tiếp. Khi không hiểu hành động của trẻ, hãy hỏi lại mình xem đứa trẻ:

- Đang đói, khát, lạnh, nóng hay quá mệt?
- Có phải đang cần thay tã không?
- Cảm thấy khó chịu ngồi hay nằm ở một tư thế cụ thể nào đó?
- Bị đau, có 1 chân hay tay bị tê, duy trì một tư thế quá lâu, hay bị chuột rút?
- Cảm thấy khó chịu khi bị thay đổi động tác đột ngột?
- Khó chịu vì: răng, đau nhiều lên, khớp dính lại với nhau, trật khớp hông?
- Khó chịu vì các học môn: bắt đầu kỳ kinh nguyệt (các bé gái)?
- Bị nhiễm độc?
- Bị bệnh hay cảm?
- Bị đau đầu hay đau bụng?
- Bị động kinh (có hoạt động gây chấn thương hay gây động kinh)?
- Bị buồn phiền do môi trường quá nhộn nhịp?
- Bị buồn phiền hay không phản ứng do môi trường quá ít kích thích
- Bị buồn phiền hay sợ hãi do môi trường không an toàn hoặc không rõ ràng (không đoán trước được)
- Cần một người nào đó ở bên?
- Cần được đối xử một cách người lớn hơn (đứa trẻ bị đánh giá thấp)?
- Không hiểu người ta cần gì ở nó (trẻ bị đánh giá quá cao)
- Có vấn đề về tâm lý như Rối loạn Phổ Tự kỷ
- Không hiểu sự giao tiếp của bạn
- Không thể khiến người khác hiểu
- ⇒ Nhìn vào mặt trẻ (sự thể hiện nét mặt)
- ⇒ Nghe tiếng trẻ (khóc, âm thanh thể hiện sự đau buồn)
- ⇒ Nhìn cơ thể trẻ (có bị đuối căng quá, run không)

1.6 Ba ví dụ về trẻ với các mức độ khuyết tật khác nhau

Mỗi đứa trẻ là khác biệt và có những khả năng phát triển khác nhau. Chúng tôi không thể định nghĩa việc này cho ba đứa trẻ, nhưng chúng tôi sẽ đưa ra các ví dụ về những khả năng của ba đứa trẻ khác nhau mà cha mẹ có thể nhận thấy ở chính con mình. Điều này sẽ giúp các bậc cha mẹ trong việc hiểu những lời khuyên nào ở các trang sau có thể áp dụng với con. Chúng tôi muốn giới thiệu với bạn: Hoa, Thông và Hiệp để học cách lôi kéo con bạn vào sinh hoạt hàng ngày, hỗ trợ những khả năng của chúng và cách điều chỉnh vật dụng theo nhu cầu của trẻ. Điều này có thể có tác động trị liệu lên sự phát triển của con bạn.

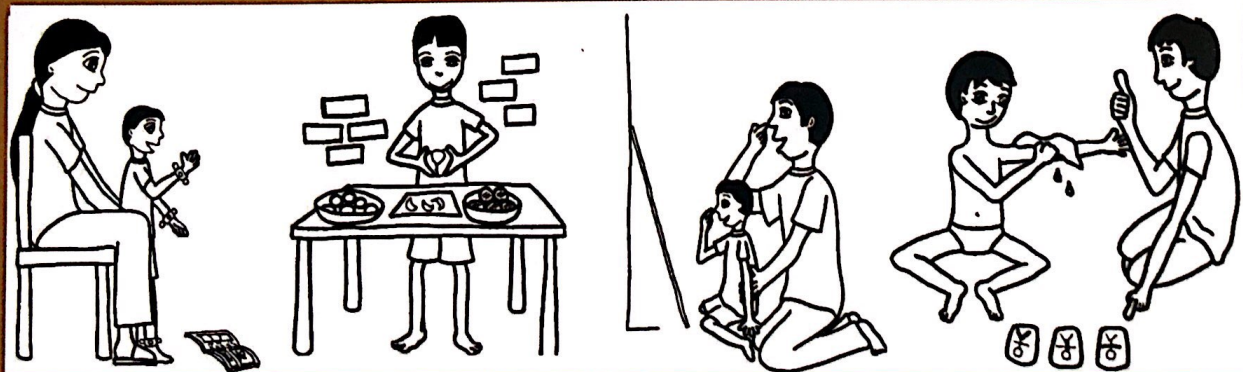
Hoa: Những đứa trẻ như Hoa hầu như luôn luôn cần sự trợ giúp trong việc khám phá môi trường xung quanh và cuộc sống hàng ngày. Những đứa trẻ này sẽ cần 75% tới 100% sự giúp đỡ. Điều này không có nghĩa là đứa trẻ không thể làm gì.



Thông: Những đứa trẻ như Thông thường cần sự trợ giúp trong việc khám phá môi trường xung quanh và hoạt động hàng ngày. Những đứa trẻ này sẽ cần 50 tới 75% sự giúp đỡ.



Hiệp: những đứa trẻ như Hiệp thành thạo cần sự trợ giúp trong việc khám phá môi trường xung quanh và hoạt động hàng ngày. Những đứa trẻ này cần 25 tới 50% sự giúp đỡ.



1.7 Làm thế nào để áp dụng những hướng dẫn trong cuốn sách này đối với các vấn đề thị giác

Những trẻ có cả khuyết tật vận động lẫn khuyết tật trí tuệ thường có khuyết tật về nhìn. Chúng ta không chỉ nhìn bằng mắt mà còn bằng bộ não của chúng ta. Bộ não của chúng ta xử lý các thông tin có hình ảnh. Vì lý do này mà có khá nhiều loại khuyết tật về nhìn ở một số trẻ. Chúng có thể là trẻ nhìn được ít hơn hoặc không nét bằng, không thể nhìn thấy một số bộ phận giống như khi nhìn qua ống hoặc có vấn đề với việc xử lý thông tin từ não với thứ mà trẻ nhìn thấy. Trong cuốn sách này, chúng tôi sẽ bàn luận về cách mà bạn có thể nhận biết trẻ có vấn đề về thị lực hay không và bạn có thể làm gì hàng ngày.

Dấu hiệu có thể cho thấy vấn đề về thị lực:

- ❖ Trẻ dí sát mắt vào gần đồ vật như khi xem sách và đồ chơi. Xem hình 1 ở dưới
- ❖ Trẻ hay bị vấp ngã và thường không nhìn thấy những vật trên mặt đất
- ❖ Trẻ ngồi gần tivi
- ❖ Trẻ chỉ xác định được vật/ người khi ở gần chúng
- ❖ Trẻ bị kích động khi mặt trời quá chói chang, trẻ sẽ quay ngược về phía có ánh sáng hoặc nhắm mắt vào
- ❖ Trẻ cúi đầu về bên phải hoặc bên trái khi trẻ được yêu cầu nhìn vào thứ gì đó
- ❖ Trẻ thường xuyên giật mình khi có ai đó tiến lại gần trẻ từ bên trái hoặc bên phải. Trẻ cuối cùng sẽ không nhìn sang phải hay sang trái.

Những điều cần làm:

Những mẹo dưới đây là mẹo chung. Rất cần thiết thực hành với trẻ trước để xem cách chúng ta đang sử dụng có thực sự có tác dụng không. Nếu bạn nghĩ trẻ có vấn đề về mắt hoặc xử lý thông tin với những thứ chúng nhìn thấy, hãy cố gắng tham vấn một bác sĩ có chuyên môn về mắt như bác sĩ mắt trong bệnh viện.

Ví dụ Điều chỉnh khi trẻ xem tranh hoặc đồ chơi:

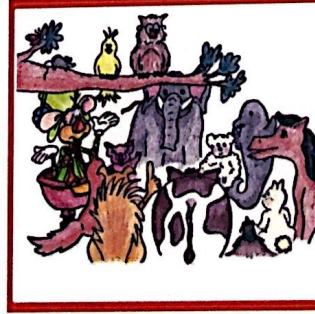
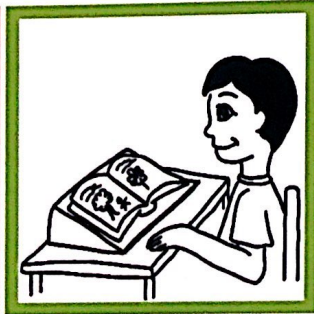
- ❖ Khi trẻ dí sát mắt để có thể xem gì đó bạn có thể mở rộng bức tranh ra. Bằng cách này trẻ có thể xem tranh dễ hơn. Xem hình 2 dưới đây.
- ❖ Việc sử dụng màu sắc đối lập một cách rõ ràng cũng rất quan trọng ví dụ như màu vàng và xanh nước biển. Như vậy trẻ sẽ nhìn thấy dễ hơn. Bức tranh màu đen trên nền trắng cũng là một ví dụ về đối lập màu sắc. Xem hình 3 dưới đây.
- ❖ Đặt một vật hơi dốc dưới cuốn sách hoặc đồ chơi. Ví dụ bạn có thể sử dụng gậy sách hoặc tạo một vật có độ dốc từ vật liệu gỗ. Bằng cách này thì cuốn sách ở gần hơn và trẻ không cần phải dí sát mắt vào và có thể nhìn rõ hơn. Xem hình 2 dưới đây.
- ❖ Cần đảm bảo trẻ có đủ ánh sáng. Đôi khi đèn bàn có thể sẽ sáng hơn nhiều và tạo ra sự khác biệt rõ rệt. Ánh sáng phải chiếu xuống, nhưng cần ý thức để trẻ không bị bóng vì bóng đèn điện.
- ❖ Dạy cho trẻ có thể "nhìn lướt" một trang hoặc đọc từ trên xuống, mắt trẻ luôn bắt đầu từ bên trái phía trên trước. Đọc từ trái sang phải, từ trên xuống. Với cách này thì sẽ có ít rủi ro là trẻ bỏ sót thông tin.
- ❖ Một trẻ có khuyết tật về nhìn thường cần nhiều thời gian để xem xét một thứ gì đó và việc nhìn ngắm có thể làm trẻ mệt mỏi. Hãy cho trẻ thêm thời gian và không làm quá nhiều hoạt động vào cùng một lúc đòi hỏi trẻ phải nhìn rất tốt.



X



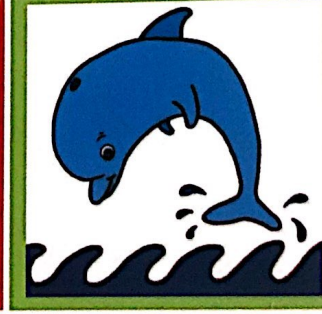
V



X



V



1.8 Làm thế nào để áp dụng những hướng dẫn trong cuốn sách này nếu trẻ không muốn hợp tác

Đôi khi trẻ thấy khó hợp tác. Điều này có thể do một số nguyên nhân. Ví dụ như khi làm việc với trẻ tự kỷ hoặc có vấn đề về hành vi đòi hỏi một số cách tiếp cận nhất định. Điều này cũng đúng khi sử dụng tư vấn trong cuốn sách này với trẻ, cho thấy các hành vi lặp đi lặp lại hoặc những mối quan tâm cụ thể. Trẻ tiếp nhận thế giới theo một cách khác với chúng ta. Trẻ tự kỷ cần một môi trường an toàn và có thể đoán trước được hơn những trẻ khác. Đôi khi trẻ tự kỷ được xem là những trẻ có vấn đề về hành vi. Trẻ có thể buồn tẻ, khóc hoặc trở nên cáu gắt khi thứ gì đó diễn ra khác với mong đợi của trẻ hoặc môi trường mà trẻ đã làm quen. Đây là cách mà trẻ giao tiếp. Điều quan trọng là phải tiếp nhận những tín hiệu này một cách nghiêm túc và quan sát trẻ ở cự ly gần xem đâu là nguyên nhân dẫn đến phản ứng của trẻ. Dưới đây là một số lời khuyên:

Tạo cấu trúc cho hoạt động

Điều quan trọng là phải đảm bảo có được một môi trường an toàn và có thể đoán trước được. Điều này có nghĩa là cần phải làm rõ với trẻ những gì trẻ mong đợi diễn ra trong ngày hoặc ở một hoạt động cụ thể và trẻ được mong đợi sẽ làm gì. Việc mô tả hoạt động cho trẻ cũng có giá trị bằng cách sử dụng 5 từ: cái gì, như thế nào, với ai, khi nào và ở đâu.

Đây là một ví dụ:

- ⇒ Cái gì: "Con mặc quần áo vào"
- ⇒ Như thế nào: trẻ mặc quần áo theo trình tự nào? "Đầu tiên mặc đồ lót và sau đó là mặc quần"
- ⇒ Khi nào: Cần làm rõ khi nào trẻ cần mặc quần áo (ví dụ sau khi tắm) và sẽ mất bao nhiêu thời gian: "Đầu tiên con rửa mặt và sau đó mặc đồ lót, quần rồi đến áo"
- ⇒ Với ai: Trẻ cần biết ai sẽ tham gia, ví dụ "Mẹ sẽ giúp con"
- ⇒ Ở đâu: Trẻ cần biết nhiệm vụ diễn ra ở đâu, ví dụ như việc mặc quần áo thường diễn ra trong phòng ngủ.

Phải làm gì khi trẻ không muốn hợp tác

Có 3 bước bạn có thể làm khi trẻ trở nên buồn tẻ và không muốn làm việc:

Bước 1: Tại sao :

- ⇒ Nhiệm vụ quá khó khăn chăng?
- ⇒ Trẻ ốm hay sợ sệt chăng
- ⇒ Liệu trẻ có biết trẻ cần phải làm gì không?
- ⇒ Bạn có thực hiện khác với lần trước không? Trẻ có biết các bước tiếp theo không?
- ⇒ Trong phòng hay địa điểm này có tác nhân gây nhiễu không

Bước 2: Điều chỉnh:

- ⇒ Làm cho nhiệm vụ trở nên dễ dàng hơn hoặc vui vẻ hơn, ví dụ như mặc quần áo trên nền nhà theo một trình tự giống y như nhau hoặc hát khi đang mặc đồ
- ⇒ Việc làm một việc gì đó giống y hệt nhau mỗi lần giúp tạo ra sự an toàn, trẻ biết điều gì sẽ diễn ra. Ví dụ như ở trong cùng một phòng, với cùng một trình tự
- ⇒ Đưa ra phần thưởng nếu trẻ thực hiện nhiệm vụ. Phần thưởng này có thể là thứ mà bạn biết trẻ sẽ rất thích được thưởng, ví dụ như chơi một trò gì đó, đập tay hoặc vỗ tay
- ⇒ Thỏa hiệp, giúp trẻ hoàn thành nhiệm vụ và xem xem lần sau trẻ có thể tự làm thêm một phần việc nào không, v.v
- ⇒ Hỗ trợ trẻ bằng lời trong quá trình thực hiện nhiệm vụ, bằng cử chỉ (chỉ về phía quần áo hoặc bộ phận cơ thể) hoặc bằng tranh. Bạn có thể download tranh miễn phí từ trang www.sclera.be. Ví dụ cho việc mặc quần áo:



Bước 3: Đánh giá:

- ⇒ Kết quả đầu ra là gì? Tại sao nó lại hoạt động? Hoạt động nào trong số các hoạt động ở bình 2.
- ⇒ Cần làm gì khi các nhiệm vụ không được thực hiện? Sử dụng tư vấn khác (từ bước 2)
- ⇒ Yêu cầu hỗ trợ. Để người đó quan sát tình hình và nói chuyện xem làm thế nào để điều chỉnh với tình hình.

Chương 2: Bài tập – Bảng liệt kê khả năng

Ở trang tiếp theo, bạn sẽ thấy một bài tập viết mọi thông tin về trẻ mà bạn có thể nghĩ đến. Ở cuối sách, sau khi thực hiện xong một số bài tập và áp dụng các chiến lược, sẽ có một bảng giống như thế để điền thêm một lần nữa để xem đã có những thay đổi gì.

Bạn có thể dùng "Bảng liệt kê khả năng" để đưa cho gia đình, bạn bè, hàng xóm hay các nhà trị liệu xem. "Bảng liệt kê khả năng" có thể giúp họ hiểu con bạn khi họ có thắc mắc hoặc khi họ muốn giúp bạn.



Để cải thiện sự xử lý giác quan (sự xử lý giác quan là một loạt các hoạt động của hệ thần kinh để khiến cho não hiểu những gì đang xảy ra cả ở bên trong cơ thể lẫn môi trường bên ngoài)



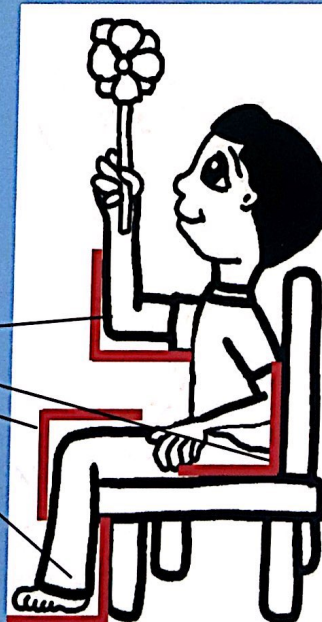
Để cải thiện giác quan của cơ thể và sự di chuyển



Để cải thiện giao tiếp (thụ động và chủ động, có âm thanh và tiếng hoặc thể hiện nét mặt và phản ứng cơ thể)

Khi chúng tôi nói 90 độ ở khuỷu tay, hông, gối và cổ chân thì nó trông như thế này:

90 độ



Bài tập: Bảng liệt kê Khả năng ở trẻ (trước chương trình)

Hãy điền vào bảng này bằng cách trả lời các câu hỏi cho con của bạn

Trẻ có thể làm điều này:

- Mô tả nếu con bạn có thể nghe, cảm thấy, ngửi, nếm, và nhìn tốt:
- Con bạn có thể cử động cơ thể như thế nào, kể cả là cử động nhỏ?:
- Con bạn có thể giao tiếp như thế nào? (nghe từ, tiếng, ngôn ngữ cơ thể, bắt chước):

Những hoạt động và nhiệm vụ mà trẻ cần được giúp đỡ:

Mức độ trẻ cần hỗ trợ trong các hoạt động hàng ngày: luôn luôn, thường xuyên, thỉnh thoảng, ít?

- ⇒ Đi vệ sinh:
- ⇒ Ăn:
- ⇒ Uống:
- ⇒ Đánh răng:
- ⇒ Chơi:
- ⇒ Tắm:

Mức độ trẻ cần hỗ trợ cho việc:

- ⇒ Ngồi:
- ⇒ Nằm:
- ⇒ Đứng:
- ⇒ Di chuyển trong nhà:
- ⇒ Di chuyển ở ngoài:

Trẻ sẽ thể hiện ra sao khi có những cảm giác dưới đây:

- Khi cảm thấy hạnh phúc, trẻ biểu hiện như thế nào?:
- Khi buồn, trẻ biểu hiện như thế nào? Điều gì khiến cho trẻ cảm thấy khó hơn?:
- Khi giận dữ, trẻ biểu hiện như thế nào? Điều gì khiến cho trẻ cảm thấy khó hơn?:
- Khi sợ, trẻ biểu hiện như thế nào? Điều gì khiến cho trẻ cảm thấy khó hơn?:
- Khi ốm, trẻ biểu hiện như thế nào? Điều gì khiến trẻ cảm thấy khó hơn?:

Khi thấy đau đớn trẻ sẽ thể hiện bằng:

- Trẻ có biểu hiện sự đau đớn trên khuôn mặt không và như thế nào? (vẻ mặt):
- Trẻ có thể hiện sự đau đớn bằng giọng nói không và như thế nào? (khóc, tiếng kêu đau đớn):
- Trẻ có thể hiện sự đau đớn thông qua cơ thể không và như thế nào? (duỗi thẳng người, run rẩy):
- Trẻ có thể hiện sự đau đớn bằng cách khác không và như thế nào?:

Mô tả con bạn:

Tên:

Ngày sinh:

Tuổi:

Trai/gái:

Tên của nhân viên cộng đồng hay nhà trị liệu:

Trẻ thích những vật sau trong sinh hoạt hàng ngày:

- Trẻ thích chơi hay hoạt động với đồ vật hay vật liệu gì:
- Trẻ thích âm thanh, động chạm, mùi, vị, chuyển động hay nhìn đồ vật gì?:
- Trẻ thích những tư thế hay chuyển động nào? (ngồi, bò...):

Trẻ không thích:

- Trẻ không thích chơi hay hoạt động với những đồ vật gì?:
- Trẻ không thích âm thanh, động chạm, mùi, vị, chuyển động hay nhìn đồ vật gì?:
- Trẻ thích những tư thế hay chuyển động nào? (ngồi, bò...):

Những khó khăn trẻ và gia đình trẻ gặp phải trong một tuần bình thường

⇒

⇒

⇒

⇒

⇒

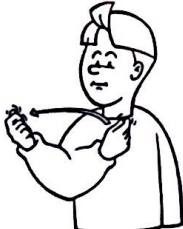
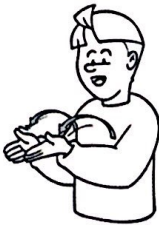
Chương 3:

Bài tập - Phát triển thông qua những hoạt động sinh hoạt hàng ngày - làm thế nào để thu hút con bạn vào những hoạt động này

Trong chương này, bạn sẽ thấy những mẹo, những lời gợi ý và các chiến lược với mục tiêu trị liệu bên dưới. Hãy thử nghiệm những lời gợi ý này cho con bạn. Cũng không sao nếu không có tác dụng ngay lập tức. Cần phải có thời gian. Bạn không cần phải thực hiện tất cả các lời gợi ý liền một lần. Hãy chọn ra một hoạt động mỗi ngày để tập theo lời gợi ý cho con bạn. Hãy xem bảng liệt kê công việc ở sau sách để xem công việc nào có thể áp dụng cho con bạn.

Dưới đây là một số động tác tay quen thuộc được dùng ở Hà Lan trong các hoạt động sinh hoạt hàng ngày cho trẻ em có vấn đề về phát triển, không chỉ riêng trẻ em bị điếc. Đặc biệt không chỉ với các em như Thông và Hiệp, mà cả những em như Hoa có thể hiện nhiều giao tiếp phi khẩu ngữ nữa, bạn có thể dùng động tác tay để hỗ trợ giao tiếp bằng lời nhưng đó không phải là một sự thay thế. Điều đó khiến cho sự giao tiếp đối với con bạn trở nên dễ hiểu và dễ nhớ hơn. Đến thời điểm này Việt Nam cũng đã phát triển một loại ngôn ngữ kí hiệu chung.



			
Ngủ	Ăn	Uống	Rửa ráy
			
Mặc quần áo	Đi xe máy	Làm việc	Cầm chổi
			
Mua đồ tạp hóa	Nấu ăn	Động vật	Đánh răng
			
Đi vệ sinh	Làm vườn	Thăm hỏi	Nghỉ ngơi

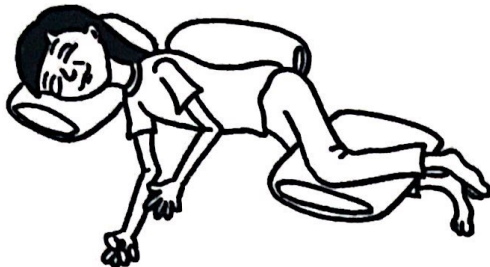
Nguồn minh họa, bản quyền: Standard lexicon Dutch Sign language, DVD part 1+2 2010 v 1.5



Lời khuyên cho sinh hoạt hàng ngày

1. Lên giường ngủ - Ngủ - Thức dậy

Hoa:



Hãy dùng 5 bước thường lệ để giúp trẻ chuyển vào giường ngủ: 1. rửa rầy, 2. đánh răng, 3. thay tã, 4. mặc quần áo ngủ, 5. đọc hay hát cho trẻ/xoa bóp hay ôm chặt trẻ. Thực hiện 5 bước thường lệ này mỗi tối.



Tư thế nào là thư giãn nhất đối với trẻ? Nằm nghiêng hay nằm ngửa? Nếu nằm ngửa: để một cái gối (hay khăn hoặc áo len quấn lại) dưới đầu và hõm gối để nâng đỡ. Nếu nằm nghiêng: để một cái gối (hay khăn hoặc áo len) giữa hai gối và một cái gối sau lưng.



Cần phải thay đổi vị trí trong khi ngủ buổi đêm như là lật nghiêng trẻ sang bên khác nếu trẻ không thể tự mình làm việc này. Việc này sẽ giúp tránh được các khu vực lở loét, cứng cơ và đau đớn.

Thông:



Khi đánh thức trẻ dậy vào buổi sáng: hãy chạm vào trẻ, ví dụ ở vai và bảo là đến giờ dậy rồi. Một số trẻ dễ thức dậy, một số khác thì không. Nếu không, hãy thử dùng một bài hát để giúp trẻ thức dậy.



Hãy thử một số tư thế khác nhau khi nằm trên giường. Tư thế nào thì trẻ thích nhất (cơ thể được thư giãn nhất, gương mặt thư giãn, có thể là một nụ cười?) Trẻ có tư thế ưa thích nào khi nằm không?



Nói với trẻ những gì bạn sắp làm trước mỗi bước cho dù bạn biết là trẻ không hiểu. Việc nói chuyện với trẻ sẽ rất tốt cho việc học giao tiếp. Hãy sử dụng một đồ vật của hoạt động đó để giúp trẻ hiểu.

Hiệp:



Khi đánh thức trẻ dậy vào buổi sáng: hãy chạm vào trẻ, ví dụ ở vai và bảo là đến giờ dậy rồi. Một số trẻ dễ thức dậy, một số khác thì không. Nếu không, hãy thử dùng một bài hát xem sao.



Hãy giúp trẻ càng nhiều càng tốt khi chuẩn bị lên giường ngủ. Ví dụ giúp trẻ bò về giường hay đi (thân tựa vào bạn, tay luồn qua nách giữ cổ tay trẻ) có hỗ trợ đến chỗ ngủ.



Trước khi chuẩn bị đi ngủ khoảng 5 phút, hãy nói với trẻ là đến giờ đi ngủ rồi. Khi đó trẻ sẽ có thời gian để hiểu chuyện gì sắp xảy ra và chuyển vào hoạt động này.



Lời khuyên cho sinh hoạt hàng ngày

2. Đi vệ sinh và thay tã

Hoa:



Trẻ phản ứng thế nào khi tã ướt?

Bạn có thể nhận ra nếu có những dấu hiệu cho thấy con bạn đã sẵn sàng cho việc thay tã không? Nhìn gương mặt, sự căng thẳng của cơ thể và/hoặc âm giọng của trẻ.



Đừng di chuyển trẻ quá nhanh. Làm như thế khiến cơ thể trẻ căng thẳng thêm. Để trẻ có thời gian nhận biết việc gì sắp xảy ra rồi trẻ có thể theo bạn.



Trước khi thay, để trẻ cảm nhận chiếc tã sạch.

Thông:



Trẻ phản ứng thế nào khi tã ướt? Nếu trẻ nhạy cảm với việc đó, hãy thay ngay khi có thể.

Bạn có thể nhận ra nếu có những dấu hiệu cho thấy con bạn đã sẵn sàng cho việc thay tã không? Nhìn gương mặt, sự căng thẳng của cơ thể và/hoặc âm giọng của trẻ.



Có phải trẻ không được tập đi toa-lét? Thử đặt trẻ lên toa-lét vào một số lần cố định trong ngày. Khi toa-lét cao quá hãy đỡ lấy trẻ, và đặt một cái bục kê chân hay một cái xô lật úp để đỡ bàn chân trẻ.



Trước khi thay tã, hãy để trẻ cảm nhận chiếc tã sạch. Dùng những đồ vật để làm dấu chỉ rằng hoạt động gì sắp diễn ra cũng là nền tảng cho việc giao tiếp với Thông.

Hiệp:



Khi trẻ cảm thấy không thoải mái khi thay tã thì tìm hiểu xem liệu trẻ có thể hợp tác khi cùng làm với cha mẹ không. Cũng làm như thế khi trẻ đi toa-lét. Để trẻ tự làm càng nhiều càng tốt.



Khi thay tã: đừng lấn trẻ vòng vòng mà hãy để trẻ hợp tác ví dụ bằng cách chống hai chân để nâng mông lên. Nếu được thì thay tã khi trẻ đứng và vịn tay vào tường hoặc ghế để nâng đỡ.



Con bạn có thể ra dấu hiệu cho biết là trẻ cần đi toa-lét không? Bằng âm thanh giọng nói hay bằng cử chỉ tay? Hãy dùng cách ra dấu đi toa-lét để dạy con cách báo là con muốn đi toa-lét. Nếu không được tập đi toa-lét, con bạn có thể cho bạn biết khi tã của con bị ướt không? Hãy dùng cử chỉ tay như trên để hỗ trợ việc này và giúp trẻ học cách cho bạn biết khi tã ướt hay khi muốn đi toa-lét.



Lời khuyên trong sinh hoạt hàng ngày

3. Ăn uống

Hoa:



Cho trẻ ngồi thức ăn trước khi nếm. Nếu trẻ không ăn được thức ăn đặc thì hãy cho thêm ít thực phẩm mềm như trái cây hay làm ướt thức ăn rồi để trẻ nếm mà không phải nuốt thức đó. Giữ thật chặt túi lưới đựng thức ăn khi trẻ ngậm nó ở trong miệng. Hãy đảm bảo rằng túi lưới được đóng kín và thức ăn không thể lọt ra ngoài túi.

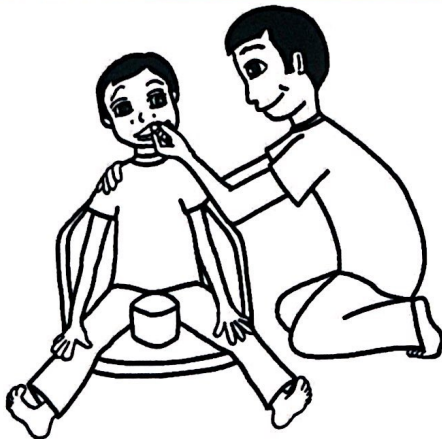


Đặt trẻ ở tư thế dựng thẳng đầu VÀ thân khi cho trẻ ăn. Nâng đỡ đầu trẻ bằng cánh tay của bạn sao cho bạn có thể cảm nhận sự căng cơ của trẻ. Bằng cách này, bạn có thể tránh cho trẻ khỏi bị sặc hay trào ngược thức ăn (mà nguy cơ của việc này là thức ăn tràn vào phổi). Đút thìa vào miệng trẻ, đợi trẻ khép miệng rồi mới rút ra.



Quan sát phản ứng của trẻ xem bạn có thực hiện nhanh hay chậm quá không. Tùy theo phản ứng để quyết định tốc độ đút ăn. Bằng cách này bạn có thể bảo đảm an toàn cho trẻ. Đừng vội đút ăn để tránh trẻ bị căng cơ, như thế khiến trẻ khó nuốt hơn. Hãy nói ăn một miếng nào.

Thông:



Hãy để trẻ ngồi và nếm nhiều loại thức ăn khác nhau để học và nhận biết vị của nó. Làm điều này bằng cách đưa thức ăn từ trái sang phải dưới mũi của trẻ. Giúp trẻ nếm bằng cách đặt những miếng nhỏ vào giữa miệng (chỉ với trẻ có thể nuốt tốt).

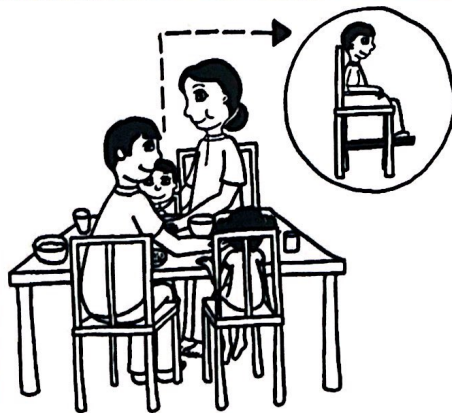


Để trẻ ngồi khi cho ăn: trên ghế hoặc góc phòng để được nâng đỡ. Giúp trẻ ngẩng đầu trước khi đút thức ăn vào miệng. Đừng nâng đỡ quá mức cần thiết. Chạm nhẹ thôi là đủ.



Dùng những đồ vật có liên quan đến thức ăn trước khi ăn (ví dụ đĩa, thìa). Cho trẻ nhìn thấy, để trẻ sờ vào và sau đó đặt trẻ vào chỗ ngồi để ăn. Hãy nói ăn một miếng nào.

Hiệp:



Hãy để trẻ ngồi và nếm nhiều loại thức ăn khác nhau để học và nhận biết vị của nó. Đặt một vài loại thức ăn khác nhau vào đĩa và để trẻ tự cầm lấy, ngồi và nếm. Bạn cũng có thể cùng làm với trẻ bằng cách cầm tay trẻ hướng đến đĩa.



Hãy để trẻ tự làm càng nhiều càng tốt. Nếu bạn nâng cái thìa (bằng cách nâng tay trẻ) thì trẻ có thể đưa thìa về phía miệng và tự cho vào miệng.



Dùng cử chỉ tay diễn tả việc ăn cùng nhau và dùng lời để giải thích là gia đình sắp ăn cơm. Nếu trẻ ăn quá nhanh: chia ra làm nhiều phần nhỏ để đưa dần dần cho trẻ. Phần này ăn xong rồi mới đến phần khác.



Lời khuyên cho sinh hoạt hàng ngày

4. Đánh răng, rửa mặt

Hoa:



Không chỉ đánh răng cho sạch mà còn cọ lợi nhẹ nhàng bằng bàn chải.

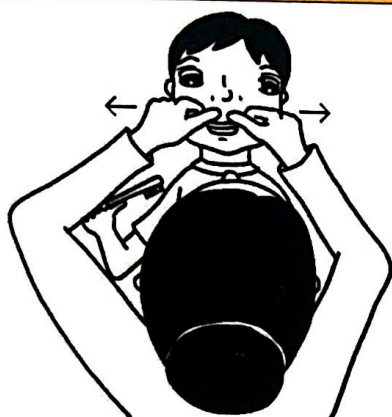


Để trẻ ngồi đối diện bạn hoặc trong lòng bạn nếu trẻ không duỗi và gồng lên.



Không bao giờ được đánh răng khi trẻ đang nằm. Trẻ có thể gặp vấn đề khi hệ thống thở-hút-nuốt cùng làm việc và có thể bị sặc.

Thông:



Khi trẻ tự đánh phải miệng nhiều lần: dùng tay ấn xung quanh miệng trẻ trước khi đánh răng. Khi đánh răng cũng xoa bóp lợi của trẻ bằng bàn chải nhẹ nhàng.



Nói với trẻ cùng cầm chung bàn chải khi đánh răng. Làm cho bàn tay và các ngón của trẻ giữ được bàn chải.



Chỉ cho trẻ và để trẻ cảm nhận bàn chải để biết bạn đang sắp sửa làm gì. Việc này có thể giúp trẻ duy trì việc tự điều chỉnh (giữ bình tĩnh và tập trung trong khi trải nghiệm).

Hiệp:



Trước tiên để trẻ tự đánh răng. Để trẻ trước gương hay vật phản chiếu để xem và nhận biết từ những gì trẻ đang làm. Sau đó, bạn có thể chải răng cho trẻ cẩn thận hơn.



Để được như trên, giúp trẻ ngồi thẳng để có thể tập trung năng lượng và sức mạnh cho việc chải răng. Giữ vững thân mình trẻ.



Bạn có thể dạy trẻ động tác để đánh răng không? Nếu có thể, hãy dùng những cử chỉ này mỗi lần trước khi đánh răng và để trẻ bắt chước cử chỉ đó.



Lời khuyên cho sinh hoạt hàng ngày

5. Mặc hoặc thay quần áo

Hoa:



Để trẻ cảm nhận sợi vải của quần áo trên cánh tay, chân và mặt. Đặc biệt là sự khác nhau của các bề mặt vải. Hãy dùng những động tác vuốt dài, chậm.



Sẽ khó mặc quần áo cho trẻ hơn khi trẻ cứ gồng mình lên. Hãy đặt trẻ vào lòng và để quần áo trước mặt bạn. Bạn sẽ giúp trẻ thư giãn hơn khi để chân tay trẻ gập vào một góc nhỏ hơn 90 độ. Cầm nhẹ nhàng cánh tay và chân trẻ để tránh các khớp bị căng nhiều dính lại với nhau.



Đừng thực hiện quá nhanh. Để cho trẻ có thời gian và không gian để hiểu chuyện gì đang xảy ra. Như thế có thể làm giảm căng cơ.

Thông:



Con bạn có nhạy cảm với việc mặc và cởi quần áo không? Nếu có thì dùng lực vuốt dài và mạnh lên cánh tay và chân trẻ trước khi thay quần áo.

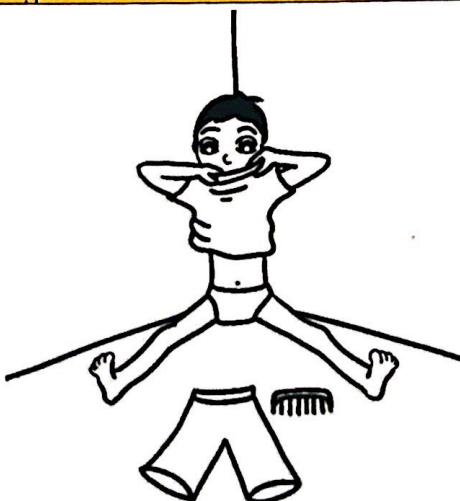


Đừng mặc quần áo cho trẻ khi trẻ đang nằm. Hãy để trẻ ngồi như hình bên. Nếu trẻ không thể giữ tư thế này, hãy để trẻ ngồi vào góc phòng để có chỗ nâng đỡ khi ngồi. Bất cứ khi nào có thể, hãy để trẻ làm một ít khi mặc quần áo ví dụ: duỗi tay vào ống tay áo sau khi bạn đã giúp đặt cánh tay vào rồi.



Cho trẻ thời gian và không gian để phản ứng. Thí dụ, khi làm một ít như ở trên thì não trẻ cần thêm ít thời gian để tiếp nhận thông tin và phản hồi. Điều đó không có nghĩa là trẻ không phản ứng. Mà hãy cho trẻ thời gian.

Hiệp:



Mặc quần áo vào theo thứ tự từ trái sang phải trước mặt trẻ. Chỉ cho trẻ đồ nào mặc trước, sau đó đến cái nào, cái nào nữa. Sau mỗi món đồ đã được mặc vào, hỏi trẻ xem mặc tiếp món nào.



Để trẻ đứng khi mặc đồ. Nếu trẻ không thể đứng do thẳng bằng kém thì để trẻ đứng ở góc phòng. Để trẻ tự làm càng nhiều càng tốt. Cho áo vào đầu và để trẻ tự bỏ cánh tay vào ống tay áo. Giúp trẻ càng ít càng tốt.



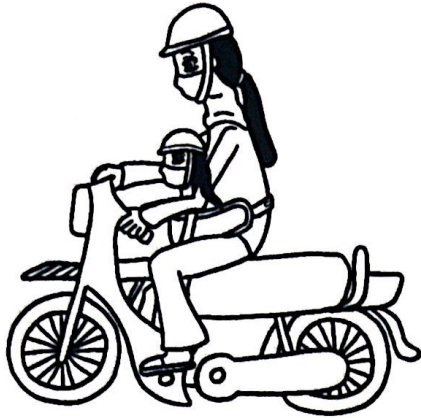
Cho trẻ thời gian và không gian để tự làm từng chút một. Sau khi chỉ một món đồ, nói rõ tên món đồ đó vài lần và bảo trẻ lặp lại từ đó. Cũng không sao nếu trẻ phát âm không tròn vành rõ tiếng.



Lời khuyên cho sinh hoạt hàng ngày

6. Di chuyển bằng xe đạp/xe máy

Hoa:



Đưa trẻ ra ngoài càng nhiều càng tốt. Âm thanh và sự chuyển động sẽ mang lại kích thích cho các giác quan, và trẻ có thể học tập từ đó. Như thế, thông tin qua giác quan trở nên quen thuộc với trẻ hơn.



Bạn có thể làm những loại ghế đặc biệt để di chuyển trên xe máy. Để điều chỉnh cho thích hợp với con, bạn có thể bổ sung thêm cái tựa đầu, cái đai hông - ngực (xem bảng liệt kê công việc ở cuối sách). Hãy đảm bảo là đầu của trẻ được nâng đỡ và góc gập giữa hông và gối của trẻ là bằng hoặc nhỏ hơn 90 độ.



Khi đặt trẻ ngồi trên xe, chuẩn bị cho trẻ bằng cách tạo sự chú ý như chạm nhẹ lên vai trẻ, gọi tên trẻ và nói rằng hai người sắp lên xe. Hãy diễn đạt bằng lời từng bước. Tạo sự chú ý trước, sau đó mới đến giao tiếp.

Thông:



Đưa trẻ ra ngoài càng nhiều càng tốt. Âm thanh và sự chuyển động sẽ mang lại kích thích cho các giác quan, và trẻ có thể học tập từ đó. Như thế, thông tin qua giác quan trở nên quen thuộc với trẻ hơn.



Có những cái ghế và tấm ván có thể dùng để đặt trẻ lên xe trước mặt bạn. Có người nào làm được hai cái tay vịn bằng gỗ ở hai bên tấm ván không? Để trẻ vịn vào đó.



Khi đặt trẻ ngồi trên xe, chuẩn bị cho trẻ bằng cách tạo sự chú ý như chạm nhẹ lên vai trẻ, gọi tên trẻ và nói rằng hai người sắp lên xe. Hãy diễn đạt bằng lời từng bước. Tạo sự chú ý trước, sau đó mới đến giao tiếp.

Hiệp:



Đưa trẻ ra ngoài càng nhiều càng tốt. Âm thanh và sự chuyển động cung cấp các kích thích về giác quan, là thứ trẻ có thể học tập từ đó. Chỉ về hướng vật phát ra tiếng động và gọi tên nó.



Nếu trẻ muốn cầm tay lái, hãy thử làm một cái tay lái bằng gỗ (hình chữ T) trên xe chỉ dành để cho trẻ cầm. Dùng cái ghế ngồi đặc biệt để trẻ ngồi tựa vào ngực đằng trước bạn.



Khi lái xe trên đường, chỉ những vật bạn có thể gọi tên: cây cối, xe hơi, nhà cửa, đàn ông, phụ nữ, trẻ con. Bạn cũng có thể kể tên màu sắc của những đồ vật bạn thấy.



Lời khuyên cho sinh hoạt hàng ngày

7. Công việc: ngoài trời

Hoa:



Để trẻ trong bóng râm. Cho trẻ cảm nhận các chất liệu khác nhau trong bàn tay để học nhận biết: cò, nước, các hạt, cát, lá, thạch anh... Đặt một số chất liệu trong tầm tay và mắt của trẻ. Khi trẻ đã có cảm giác những vật mình chạm vào: hãy dùng các vật lớn và nhẵn hơn.



Để trẻ nằm có gối lót ở dưới đầu gối, đầu và hai bên mình. Thỉnh thoảng đổi tư thế (nằm nghiêng thì gối kê giữa hai gối, dưới đầu và sau lưng). Bỏ vài vật dụng vào tay trẻ để khám phá và tập mở bàn tay để tìm kiếm sự kích thích một cách chủ động.



Hãy ở ngang tầm mắt của trẻ và nhìn vào mắt trẻ khi trò chuyện. Cũng không sao nếu trẻ không hiểu hết những gì bạn nói. Các trẻ đều rất nhạy cảm với tâm trạng của bạn thể hiện qua giọng nói (giọng du dương thì kích thích, giọng có nhịp điệu và êm thì làm bình tĩnh).

Thông:



Để trẻ trong bóng râm chỗ có chắn xung quanh để trẻ có thể di chuyển xung quanh mà không ra khỏi chỗ khi bạn không nhìn thấy. Để vài vật liệu để cảm nhận bằng tay trong tầm với: cò, nước, hạt, cát, lá, thạch anh v.v.. Để các thứ này vào một cái xô thấp hoặc bỏ vào một cái chai để khi lắc tạo âm thanh.



Nếu trẻ để rơi mất đồ trên tay, bạn có thể buộc các vật liệu bằng một cọng dây, ví dụ vài viên thạch anh trong một cái chai nhỏ, rồi buộc đầu dây còn lại lên cây hoặc cột gỗ để trẻ có thể tìm ra nhiều lần mà không làm mất. Việc này sẽ khiến trẻ chủ động tìm kiếm kích thích. Khám phá bằng miệng cũng là một cách để khám phá, nhưng hãy cẩn thận để trẻ không nuốt phải các vật này.



Khi nói chuyện hãy ở ngang hoặc dưới tầm mắt của trẻ. Hãy thử nhìn vào mắt khi nói chuyện với con. Cũng không sao nếu con không hiểu hết những gì bạn nói. Trẻ sẽ học từ việc lắng nghe ngôn ngữ và âm sắc giọng nói.

Hiệp:



Cùng làm với trẻ. Giao cho trẻ nhiệm vụ, ví dụ như lau hạt bằng một mảnh vải. Lôi kéo trẻ vào các hoạt động bạn đang làm. Từ việc sờ và khám phá các vật liệu, thậm chí bằng việc bắt chước trẻ sẽ học được các trình tự.



Làm một cái ghế để nâng đỡ. Bạn có thể dùng những cọc gỗ để làm. Đặc biệt khi trẻ ngồi được, nhưng không ngồi lâu. Khi trẻ có đủ (không cần quá nhiều) hỗ trợ khi ngồi, thì trẻ có thể tập trung năng lượng vào việc dùng đôi tay của mình.



Hãy nói chuyện về những công việc lật vật hàng ngày bạn đang làm mà khi đó bạn đang ở gần con. Đếm to khi bạn đang phân loại đồ đạc, nói ra màu sắc và hình dáng của chúng.



Lời khuyên cho sinh hoạt hàng ngày

8. Công việc: bán rau củ quả, củi, hoa...

Hoa:



Khi làm việc, hãy đặt trẻ vào võng và đung đưa võng bất kỳ khi nào có thể. Nhịp điệu tới lui làm cho trẻ bình tĩnh (khi trẻ bồn chồn), nhịp điệu không đều và nhanh thì tạo kích thích cho trẻ (khi trẻ có vẻ ngủ liên tục).



Hoặc đặt trẻ trong một cái ghế đặc biệt, đằng trước là cái bàn có thể điều chỉnh được. Bỏ ít vật liệu không phải để bán lên bàn trước mặt trẻ. Buộc những thứ này vào một sợi dây hoặc dán bằng dính lên để khỏi bị rơi mất.



Cầm tay trẻ và cùng khám phá các vật liệu bằng cách hướng dẫn tay trẻ. Đừng thực hiện quá nhanh và dùng quá nhiều vật liệu. Chỉ dùng một hay hai vật liệu và khám phá tất cả mọi bộ phận của vật đó.

Thông:



Đặt trẻ vào ghế đu đưa và đưa trẻ lắc lư ra trước và ra sau. Bạn cũng có thể làm các bộ phận của ghế đu đưa và ráp những phần đó vào dưới cái ghế thường. Khi trẻ dịch chuyển thì cái ghế lắc lư.



Kích thích để đặt bàn chân trẻ lên sàn và nếu có thể thì: nhắc chân ra khỏi sàn. Để trẻ cảm nhận việc này diễn ra ra sao bằng cách cầm lấy bàn chân và làm việc đó cho trẻ, sau đó làm với trẻ, sau nữa thì để trẻ tự làm. Kích thích để trẻ vịn đôi bàn tay vào ghế để tự giữ vững.



Khi có thời gian rảnh lúc buôn bán, giúp trẻ tham gia nhiều hơn. Có hai cách để giao tiếp: hãy làm theo những gì trẻ làm, sau đó bắt chước trẻ (động tác, âm thanh) và thỉnh thoảng dùng động tác hay âm thanh khác để gây chú ý cho trẻ. Sự tham gia là nền tảng của giao tiếp.

Hiệp:



Đưa cho trẻ những vật dụng để ngồi lên hoặc để di chuyển trên đó ví dụ như cái xe đẩy có bánh nhỏ hoặc cái xe lăn. Cố gắng rào khoảng không gian lại, ví dụ bằng cọc gỗ thưa, nơi trẻ có đủ chỗ để di chuyển.



Để trẻ tập sử dụng cả hai tay; một tay để chống đỡ, tay kia để thao tác: để trẻ vào xe đẩy có bánh nhỏ, giao cho trẻ một nhiệm vụ như để trẻ bỏ mấy thứ vật liệu (thạch anh, cát, cục gỗ v.v...) vào hoặc ra khỏi cái hộp. Dùng nhiều hộp để tập phân loại. Cũng thử làm việc đó khi trẻ quỳ với hai bàn tay và hai gối chống xuống đất.



Khi có thời gian rảnh lúc buôn bán, cải thiện giao tiếp và giải quyết vấn đề: làm theo những gì trẻ làm. Khi xuất hiện vấn đề, giả vờ không biết và khích lệ trẻ tự giải quyết: 'Lạ chưa; mẹ không biết làm sao. Làm sao bây giờ? Con chỉ mẹ đi?'



Lời khuyên cho sinh hoạt hàng ngày

9. Công việc: may, vá, làm mũ, v.v.

Hoa:



Đốt vải nén nhang khi làm nhang (trải nghiệm mùi). Để trẻ cảm nhận sợi bông hoặc rơm khi đan lát hoặc khi làm nón lá (cảm nhận bề mặt vật thể). Thử thính thoảng hát trẻ nghe (trải nghiệm thính giác).



Để trẻ nằm lên gối xiên. Như thế sẽ làm trẻ thờ dễ hơn. Để vài vật trong tầm mắt và tầm với, nhưng không quá gần. Khi rời ra xa hơn thì trẻ có thể tự với tới không?



Để kích thích sự tham gia của trẻ (nền tảng của giao tiếp sau quá trình tự điều chỉnh): hãy nghe theo sự hướng dẫn của trẻ. Trẻ nghe, thấy, ngửi... thấy gì? Động tác nào trẻ thích hoặc không thích? Khi di chuyển trẻ, theo dõi xem trẻ thể hiện thích và không thích điều gì thì bổ sung vào. Nếu không thích: lùi một bước (di chuyển chậm hơn, và nhẹ nhàng hơn), nếu thích: bước thêm một bước (di chuyển nhanh hơn hoặc nhiều hơn).

Thông:



Đốt vải nén nhang khi làm nhang (trải nghiệm mùi). Để trẻ cảm nhận vật liệu khi đan lát hoặc khi làm nón lá (cảm nhận bề mặt vật thể). Buộc vài sợi dây vải vào nhau để trẻ chơi. Thử thính thoảng hát trẻ nghe (trải nghiệm thính giác).



Đặt một số vật trong tầm mắt và tầm với, mà không quá gần. Khi đặt xa hơn một chút thì trẻ có thể tự với đến không? Buộc vật dụng lại và để ở trong tầm mắt và tầm với. Trẻ có thể buông vật ra mà vẫn có thể kéo lại được.

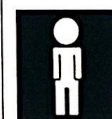


Khi tập luyện sự tham gia và giao tiếp hai chiều, hãy chơi trò cản trở có sáng tạo khi trẻ chỉ chơi trò chơi hoặc di chuyển một mình. Ví dụ, khi trẻ tiếp tục bò tới bò lui trên sàn, hãy ngồi giữa lối trẻ bò và tiếp xúc: chạm vào người trẻ nhẹ nhàng và nói chuyện với trẻ. Làm cho trẻ vui, không làm bức mình.

Hiệp:



Chọn một số vật dụng mà bạn không dùng để bán và để chung vào một cái xô thấp. Để trẻ chơi với những vật đó. Có thể dùng cát và thìa hoặc cốc và que để chơi.



Tạo một cái bàn làm việc nhỏ cho trẻ gồm một cái ghế và bàn. Để trẻ với tay lấy vật đặt trên bàn và giao nhiệm vụ để trẻ giúp bạn. Hãy khiến cho công việc trở nên thú vị! Tập như thế khi ngồi, đứng, nằm sấp hoặc khi quỳ bốn điểm.



Gọi tên màu sợi dây cotton và thử xem trẻ có thể chỉ đúng màu mà bạn hỏi không.



Lời khuyên cho sinh hoạt hàng ngày

10. Chăm sóc vật nuôi

Hoa:



Dẫn trẻ đi bằng xe lăn hoặc đu trẻ. Cho trẻ cảm nhận thức ăn cho vật nuôi để học qua xúc giác và hình thù. Sau khi bạn làm xong, nắm lấy tay trẻ và cùng cảm nhận bộ lông của con vật với tốc độ chậm rãi thoải mái.

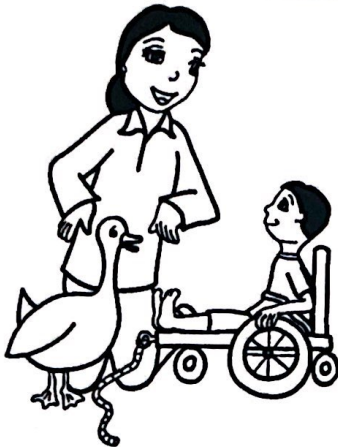


Để trẻ vỗ về vật nuôi và cảm nhận hơi ấm, hơi thở của con vật.



Cho trẻ thời gian để nhận thông tin giữa các loại thức ăn và các động vật. Trẻ cần thời gian nhiều cho việc đó.

Thông:



Cùng cảm nhận và vỗ về vật nuôi. Đầu tiên là cầm tay hướng dẫn trẻ. Quan sát xem trẻ có muốn tự chạm vào con vật hay không. Đặt trẻ lên đầu gối của bạn, giữ hông trẻ và di chuyển đầu gối bạn lên xuống, giả vờ như trẻ đang cưỡi ngựa.



Đặt trẻ ngồi trên xe có bánh nhỏ, có đai giữ hông khi đi đến chỗ con vật. Lăn các bánh xe bằng cách cầm tay trẻ mà kéo đi và thử xem trẻ có thể tự lăn không. Buộc một sợi dây đằng trước xe, bạn có thể kéo xe về phía trước và đưa trẻ theo bạn.



Gọi tên con vật và làm các cử chỉ của con vật để hỗ trợ. Cầm tay trẻ để chỉ dẫn và cùng làm các cử chỉ đó.

Hiệp:



Buộc một số đồ dùng (ví dụ như bàn chải, ô tô bằng gỗ, quả bóng làm bằng quả dừa hay những thứ giống như thế) bằng một sợi dây vào mặt bàn để trẻ cảm nhận và chơi. Xem hình bên dưới. Trước khi đứng, đặt trẻ lên đầu gối bạn và giữ hông trẻ rồi di chuyển đầu gối bạn lên xuống, giả vờ như trẻ đang cưỡi ngựa.



Thử làm một cái bàn đứng. Để trẻ ở ngoài gần con thú khi bạn cho vật nuôi ăn. Đặt trẻ vào bàn đứng. Hãy đảm bảo là bàn đủ vững.



Gọi tên vật nuôi và lặp lại tên của chúng. Dùng những cử chỉ tay để hỗ trợ. Trẻ có thể lặp lại những cử chỉ và (một phần của) tên vật nuôi không?



Lời khuyên cho sinh hoạt hàng ngày

11. Dọn dẹp nhà cửa

Hoa:



Khi lau chùi nhà cửa, hãy tạo sự tiếp xúc với con bằng cách hát hoặc nói chuyện với con. Trẻ có thể học bằng cách theo dõi âm thanh và chuyển động bằng tai/mắt.

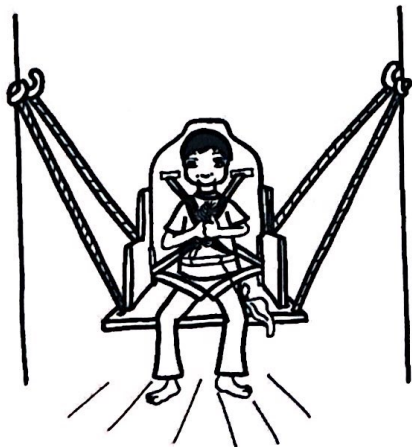


Thư giãn cánh tay và bàn tay trẻ bằng cách đặt một bàn tay lên vai trẻ, tay kia kéo cánh tay phía trên ra một chút, trượt xuống cánh tay phía dưới và kéo duỗi ra (đừng kéo quá mức) một cách cẩn thận, trượt xuống bàn tay và xoay lòng bàn tay lên, sau đó trượt đến ngón cái và mở ra chậm chậm, làm như thế với những ngón khác. Để một miếng vải hoặc chổi quét bụi vào lòng bàn tay trẻ để trẻ cảm nhận.



Khi thư giãn cho cánh tay, giữ trẻ tựa vào bạn hoặc ngồi trên ghế. Khi ngồi trên ghế, bạn có thể kích thích tiếp xúc bằng mắt hoặc hướng về phía có âm thanh bằng mắt. Nhiều trẻ bị tổn thương não có vấn đề về thị giác và mỗi lúc nhìn mỗi khác.

Thông:



Giúp trẻ cầm miếng vải bằng hai tay. Cầm tay trẻ khi cùng lau chùi các vật. Như thế là cách dễ nhất khi phải lau chùi những vật nhỏ. Sau đó bạn có thể đặt trẻ dựa vào bạn và cảm nhận cử động của cơ và sự đụng chạm.

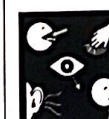


Trên xích đu. Buộc một số vật để lau chùi (vải, chổi quét bụi) vào cái đai hay sợi dây giống chất liệu vải và quần quanh eo trẻ. Như thế vật dụng ở trong tầm với và kích thích trẻ nắm lấy nó. Bạn cũng có thể treo vật lên trước mặt trẻ để trẻ với cao hơn và tập được nhiều hơn.



Giữa những lúc di chuyển và lau dọn quanh nhà, hãy đến chỗ trẻ nhiều lần để nói chuyện với trẻ. Hỏi xem trẻ sao rồi; gợi chuyện để nói, cho dù trẻ có thể không hiểu. Ở trong hoặc dưới tầm mắt trẻ để kích thích giao tiếp bằng mắt. Đưa xích đu nhanh/chậm khi nhìn trẻ.

Hiệp:



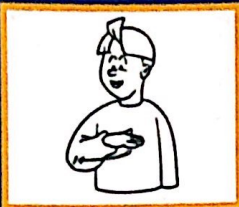
Để trẻ giúp bạn, dùng các loại vật dụng khác nhau để lau dọn: chổi, cây lau nhà, vải hay chổi quét bụi. Để trẻ cảm nhận sự khác nhau và nghĩ ra cách làm thế nào để dùng các vật đó hay phải làm gì với các vật đó. Không nhất thiết phải dùng cho đúng cách. Trẻ sẽ học được từ các đặc điểm của những vật dụng đó.



Khi có thời gian, hãy cùng nhau lau chùi bàn ghế giường tủ. Ví dụ để một miếng giẻ lên bàn, giúp trẻ đứng lên (tựa lưng vào người bạn). Giữ chắc hông trẻ. Cho trẻ cầm giẻ và vui đùa khi lau bàn rồi khen ngợi tích cực và/hoặc hát.



Chỉ những chỗ trẻ có thể lau giúp bạn. Nhìn vào mắt trẻ trước (gần bên trẻ) rồi mới yêu cầu.



Lời khuyên cho sinh hoạt hàng ngày

12. Làm vườn

Hoa:



Khi nghỉ giữa các công việc, hãy bế trẻ một vòng qua các vùng đất, rau quả, hoa và cây cối khác nhau trong vườn hay quanh nhà. Để trẻ sờ (cầm tay trẻ hướng dẫn) bằng tay, bằng hai má và bàn chân. Khi trẻ bị nhạy cảm: thực hiện nhẹ và chậm.

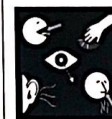


Khi trải nghiệm những thứ nói trên: thư giãn cánh tay và đôi bàn tay trẻ (xem mục số 10) rồi đặt những vật đó vào tay trẻ khi cùng trẻ khám phá khu vườn. Cầm giữ các vật là cách tốt để tập cho đôi bàn tay.



Nói chuyện với trẻ khi cùng khám phá khu vườn. Gọi tên các thứ trẻ cầm và cho trẻ biết bạn đang làm gì. Trẻ có thể học cách nghe giọng bạn và tập trung.

Thông:



Khi nghỉ giữa các công việc, hãy bế trẻ một vòng qua các vùng đất, rau quả, hoa và cây cối khác nhau trong vườn hay quanh nhà. Để trẻ sờ (cầm tay trẻ hướng dẫn) bằng tay, bằng hai má và bàn chân. Khi trẻ bị nhạy cảm: thực hiện nhẹ hơn và chậm.



Khuyến khích trẻ tự chạm vào và cầm các vật (lá, cỏ, cát, thạch anh, hạt...). Hãy cẩn thận kéo trẻ bỏ những thứ đó vào miệng.



Chỉ riêng việc ở cạnh trẻ cũng đã là giao tiếp. Trẻ học cách tập trung và tham dự vào hoạt động. Hãy cố tạo những khoảnh khắc riêng trong suốt các hoạt động.

Hiệp:



Hãy để trẻ di chuyển quanh vườn bằng tốc độ của trẻ và để trẻ giúp bạn với những vật dụng an toàn (không sắc nhọn).



Hãy để trẻ bắt chước những gì bạn đang làm. Sắp xếp các thứ thành một cặp nếu được (hai cái chổi, hai cái xô...). Cầm tay trẻ và giúp trẻ đứng. Thử cùng nhau nhảy lên bằng cách giữ hông hoặc cánh tay trẻ.



Gọi tên những vật trong vườn. Cùng trẻ chỉ vào các vật đó và để trẻ phát hiện các vật khi gọi tên chúng.



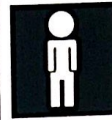
Lời khuyên cho sinh hoạt hàng ngày

13. Nghỉ ngơi

Hoa:



Đặt trẻ vào lòng như hình vẽ. Hát một bài ca quen thuộc và đu đưa trẻ chậm chậm từ trước ra sau theo nhịp điệu bài hát. Xoa bóp cánh tay, đôi bàn tay và chân trẻ theo nhịp nhạc.



Hãy đảm bảo rằng góc độ của hông trẻ là 90 độ hoặc nhỏ hơn. Như thế khiến làm mất sự căng thẳng ở thân mình trẻ và giúp thư giãn.



Việc hát làm gia tăng sự chú ý nghe. Hãy nhìn vào mặt trẻ khi đu đưa trẻ trong lòng. Nếu trẻ bồn chồn hay căng thẳng hơn, hãy chậm nhịp đu đưa và giọng hát lại. Nếu trẻ thích sự đu đưa đó (thể hiện thư giãn, cười), thì áp dụng một kiểu đu đưa khác (từ trái sang phải).

Thông:



Khi ngồi và nằm trên sàn, hãy hát cho trẻ nghe và vuốt sâu trên lưng, vai, cánh tay, chân trẻ theo nhịp điệu bài hát.



Trẻ thích ngồi trên sàn, thân mình ổn định trên hai chân. Bằng những hoạt động như trên, kích thích trẻ ngồi dậy và nâng đầu lên.



Nhìn vào mặt trẻ khi trẻ nâng đầu dậy. Nói chuyện với trẻ. Câu chuyện có thể là bất cứ việc gì. Ví dụ buổi sáng hôm nay của bạn như thế nào. Điều quan trọng là tâm trạng bạn tạo ra bằng câu chuyện. Làm tăng sự kết nối.

Hiệp:



Bạn có biết hát không? Hãy vẽ những bức tranh về những bài hát trên cát bằng ngón tay của bạn. Hãy để trẻ nhìn những bức tranh và hỏi trẻ xem thích nghe bài hát nào.



Hãy giúp trẻ ngồi kiểu thợ may (ngồi chân xếp bằng bắt chéo trước mặt giống hình vẽ). Ngồi phía sau trẻ để đỡ trẻ ngồi thẳng. Như thế tốt cho việc kéo giãn thân mình. Nhắm hai bàn tay trẻ lại với nhau (hoặc nếu trẻ không chịu thì nắm gần bàn tay).



Hát một bài hát mà bạn có thể dùng cử chỉ mô tả bên cạnh lời bài hát. Vừa hát vừa làm cử chỉ. Trẻ có thể tự làm như thế khi bạn đang hát không? Hoặc trẻ cũng có thể hát theo vài từ nếu bạn ngưng hát và để trẻ hát nối theo?



Lời khuyên cho sinh hoạt hàng ngày

14. Đi chợ hoặc cửa hàng

Hoa:



Hãy thử bế trẻ đi chợ hoặc đi ra cửa hàng xem sao. Nếu được thì bế trẻ đi chợ hoặc cửa hàng để cho trẻ cảm nhận và ngửi các thức ăn trước khi bỏ vào túi.



Dùng một dải vải dài làm thành cái túi đeo và để trẻ vào đó khi đi chợ hoặc mua đồ lặt vặt. Như thế trẻ có thể học được cách nhận biết và trải nghiệm những môi trường khác nhau bằng âm thanh, mùi vị và quang cảnh.



Trước khi đi chợ, chỉ cho trẻ và để trẻ nhận thấy một vật gần gũi với việc này, thí dụ cái giỏ hay cái rổ.

Thông:



Hãy thử bế trẻ đi chợ hoặc đi ra cửa hàng xem sao. Nếu được thì bế trẻ đi chợ hoặc cửa hàng và cho trẻ cảm nhận và ngửi các thức ăn trước khi bỏ vào túi.



Mang trẻ theo trong túi đeo. Khi ở chợ rồi thì: nắm lấy tay trẻ, gom các thứ mua được lại với nhau, đưa lên ngang tầm mắt rồi cùng trẻ bỏ vào rổ.



Trước khi đi chợ, chỉ cho trẻ và để trẻ nhận thấy một vật gần gũi với việc này, ví dụ cái giỏ hay cái rổ. Hãy làm động tác đi chợ.

Hiệp:



Nhìn hình bên dưới. Trẻ học về các đặc điểm của vật khi cầm nắm, giữ trong tay và do đó mà cảm nhận được các thứ.



Trẻ có thể đi trong chợ bằng khung tập đi. Khi tìm kiếm các thứ (không cần hoặc cần trợ giúp của bạn), để trẻ cầm các thứ và bỏ vào túi hay giỏ của bạn.



Gọi tên các thứ bạn trông thấy (ví dụ, xà lách, táo hay chuối) và để trẻ chỉ ra các thứ ấy. Viết ra một danh sách những đồ cần mua. Để trẻ tìm ra những thứ đó khi bạn giúp trẻ đi xung quanh để tìm chỗ mua.



Lời khuyên cho sinh hoạt hàng ngày

15. Công việc gia đình: may, vá

Hoa:



Xem hình bên dưới. Để một ít quần áo (từng cái một) dưới bàn tay trẻ khi bạn đang vá quần áo.



Giúp trẻ ngồi trên một cái ghế gần bạn. Để một cuốn sách hoặc một mẫu gỗ dưới ghế để tư thế trẻ thư giãn hơn.



Trước khi để trẻ vào ghế, bảo trẻ nơi bạn sẽ đặt trẻ vào và các bước bạn sẽ làm, ví dụ 'để mẹ đỡ con vào ghế', 'Mẹ sẽ bế con lên', 'Đi đến ghế nào', 'Ngồi xuống đi', 'Đây rồi'.

Thông:



Thu thập các vật trong nhà để sờ, chạm và để cạnh để trẻ cảm nhận: bàn chải các loại, miếng xốp, chỉ ...



Để trẻ cạnh bạn. Giữa lúc làm việc, vuốt và xoa bóp cho trẻ ở lưng và cánh tay khi trẻ ngồi trên lòng. Vỗ lưng để đổi động tác.



Giữ liên kết với trẻ bằng cách nói chuyện với trẻ. Nếu có thể, hãy bật nhạc lên làm nền.

Hiệp:



Thử tìm một nhiệm vụ để trẻ giúp bạn. Một phần nhỏ trong công việc, ví dụ: đưa vải cho bạn, đưa chỉ may hay quần áo cho bạn.



Làm một tấm ván trên bốn bánh xe (xem bảng liệt kê công việc). Trong khi làm việc nội trợ, hỏi trẻ xem có muốn nằm lên xe trong khi làm việc nhà không (nếu có thể đảm bảo an toàn)



Mở rộng vốn từ cho trẻ bằng cách gọi tên những thứ đặc biệt quanh bạn và những màu sắc của các mục đó.



Lời khuyên cho sinh hoạt hàng ngày

16. Nấu nướng và chuẩn bị bữa ăn

Hoa:



Khi chuẩn bị bữa ăn, để trẻ ngồi các vật liệu chế biến mỗi lần một thứ, đừng nhiều và nhanh quá để không gây phản ứng sợ hãi. Trẻ thích hay không thích mùi gì?



Đặt trẻ vào ghế hoặc xích đu gần bạn và chỗ nấu nướng sao cho đủ an toàn mà vẫn gần bạn. Thành thạo đưa xích đu chậm chậm và theo nhịp từ trước ra sau.



Nói chuyện với trẻ khi cho trẻ ngồi các vật liệu chế biến. Như thế giúp trẻ tập trung và trở nên tham gia nhiều hơn vào hoạt động.

Thông:



Khi chuẩn bị bữa ăn, để trẻ ngồi các vật liệu chế biến mỗi lần một thứ, đừng nhiều và nhanh quá để không gây phản ứng sợ hãi.

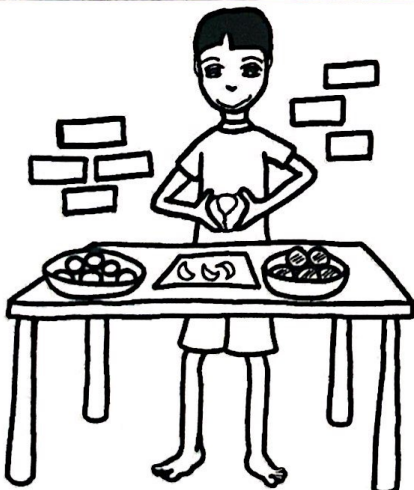


Hãy cẩn thận với các vật nhọn và nóng, để mặt trẻ đối diện bạn. Để trẻ ngồi các thứ nhưng cũng để trẻ tự hướng đến các vật một chút.



Khi để trẻ ngồi một vật, quan sát xem trẻ phản ứng ra sao. Trẻ có quay mặt đi hay muốn ngồi nhiều hơn? Trẻ thích hoặc không thích cái gì? Chuẩn bị cho trẻ bằng cách nói rằng bạn muốn trẻ ngồi một thứ.

Hiệp:



Để trẻ ngồi các vật liệu chế biến trong khi nấu nướng và chuẩn bị bữa ăn. Cho trẻ thấy bạn đưa vật qua lại từ trái sang phải trước mũi của mình rồi sau đó đưa cho trẻ.



Giúp trẻ đứng bằng cách cho tựa lưng vào tường (chỉ khi trẻ có thể chịu sức nặng trên đôi chân). Bàn tựa vào bụng để trẻ có thể dùng tay chống lên bàn làm điểm tựa. Để một số đồ vật lên bàn trong tầm với để trẻ chơi đùa. Giao cho trẻ một nhiệm vụ nhỏ để giúp bạn.



Hỏi trẻ tên các vật nếu được (ví dụ, cái bình, rau xà lách, gạo, hay bát). Nếu trẻ có thể, hãy thử nối dài câu ví dụ: chuối màu vàng, rau xà lách màu xanh v.v..



Lời khuyên cho sinh hoạt hàng ngày

17. Giặt giũ và rửa bát

Hoa:



Sau khi giặt đồ xong, đặt trẻ vào lòng, nắm lấy tay và cùng trẻ cảm nhận nước (cẩn thận kéo nước quá nóng đối với trẻ). Cũng làm như thế với chân của trẻ.



Cho bàn tay hoặc chân trẻ vào nước. Để chân vào từ từ nếu trẻ gồng, thử những động tác khác (ví dụ đạp nước) nếu trẻ thả lỏng hoặc đang thư giãn.



Bạn biết một bài hát nào về nước hay mưa không? Hãy hát bài đó khi dịch chuyển tay chân trẻ.

Thông:



Đưa trẻ một cái xô nước và bỏ một số đồ vật vào để cầm và chơi nếu trẻ thích.



Đặt trẻ vào ghế. Để cái xô trước mặt trẻ. Bảo đảm rằng đồ trẻ mặc là đồ có thể bị ướt hoặc chỉ để trẻ mặc tả trong hoạt động này thôi.



Khi có thời gian giữa các hoạt động, hãy theo dõi những gì trẻ làm, bắt chước và bổ sung những thứ ví dụ như giới thiệu động tác mới như đạp nước chẳng hạn.

Hiệp:



Cho trẻ một cái xô nước để chơi hoặc để giúp bạn bằng cái xô đó.



Bỏ một số đồ vật không bị vỡ vào nước cho trẻ rửa bằng một miếng mút hoặc bàn chải. Để trẻ ngồi trên sàn chân vòng quanh xô.



Tập nói 'có' và 'không'. Khi trẻ không thích cái gì thì trẻ dùng từ/tiếng 'không' hoặc cái gật đầu: khẳng định lại điều bạn hiểu ví dụ 'Mẹ thấy là con không thích cái này. Thì thôi, con không thích' (và mang vật đi khỏi). Lắc đầu qua lại. Làm theo trình tự như thế với 'có'.



Lời khuyên cho sinh hoạt hàng ngày

18. Tắm rửa và lau khô cho trẻ

Hoa:



Trẻ có phản ứng với việc bị chạm vào không? Hãy dùng các loại ánh sáng và lực ép sâu khác nhau khi tắm rửa và lau khô cho trẻ. Trẻ em phản ứng nhạy cảm với sự đụng chạm: chạm một cách vừa phải tốt hơn là chạm nhẹ.



Dùng khăn vải bông để tắm và giúp trẻ cầm bằng hai tay, tiếp tục giữ tay trẻ. Cùng nhau rửa ráy các phần cơ thể có thể với tới được để cảm nhận sự chạm vào và chuyển dịch, trải nghiệm việc dùng hai tay một lúc.



Nói chuyện với trẻ khi bạn rửa ráy và lau khô cho trẻ. Sự va chạm cũng là giao tiếp. Hãy nói với trẻ những gì bạn sẽ làm (ví dụ: 'rồi bây giờ mẹ sẽ rửa cánh tay con') khi bạn sắp làm việc đó.

Thông:



Trẻ có cho thấy hành vi tự hủy hoại trong tình huống này không? Nếu có, cái gì 'khiến trẻ bức mình'? Điều gì bạn có thể thay đổi trong tình huống đó để giúp trẻ? Điều gì bạn có thể bổ sung, điều gì bạn có thể loại bỏ? Các động tác xoa bóp (vuốt dài và sâu) giúp làm nguôi trẻ.



Dùng khăn vải bông để tắm và giúp trẻ cầm bằng hai tay, tiếp tục giữ tay trẻ. Cùng nhau rửa ráy các phần cơ thể có thể với tới được để cảm nhận sự chạm vào và chuyển dịch và trải nghiệm việc cùng nhau dùng hai tay. Hãy thử xem trẻ có thể tự mình thực hiện được một động tác hay không.



Kể tên các bộ phận cơ thể khi rửa ráy và lau khô các phần đó. Lặp lại trong suốt quá trình rửa ráy và lau khô các bộ phận đó. Đó là cách tốt để học, biết về cơ thể mình.

Hiệp:



Đâu là cách tốt nhất để làm dịu trẻ khi trẻ không muốn tắm hay lau khô? Cái gì khiến trẻ bức mình? Trẻ muốn tự làm hay muốn có thứ gì đó để cầm hay chơi? Có thể có ích khi dùng hai miếng vải tắm, một cái bạn dùng còn một cái để trẻ giữ.



Kích thích để trẻ tự dùng miếng vải tắm một mình càng nhiều càng tốt. Ví dụ đầu tiên để trẻ tự tắm (bạn chỉ chỗ phần cơ thể để tắm) và sau đó bạn hoàn tất việc đó.



Vẽ một số bộ phận cơ thể và cắt ra miếng vuông. Dán lên tường hoặc để gần trẻ. Để trẻ tự tắm từng bước để tự rửa ráy từng phần cơ thể. Khen thưởng trẻ bằng ra dấu ngón tay cái đưa lên hoặc vỗ tay tán thưởng.



Lời khuyên cho sinh hoạt hàng ngày

19. Thời gian rỗi

Hoa:



Nhìn lại những lời gợi ý về những hoạt động cho sinh hoạt hàng ngày, thì đâu là những thứ trẻ thích và không thích? Đặt trẻ vào ghế và lặp lại những việc mà trẻ thích.



Vào bữa ăn vặt, bỏ một ít trái cây vào miếng vải mỏng và xoắn gói lại. Để vào giữa hai hàm răng. Giữ ở đó và xem trẻ có nhai được không. Điều này là để rèn luyện cử động mặt và miệng.



Khi có thời gian rỗi, hãy nói chuyện với trẻ; nói với trẻ bạn đang làm gì, bạn đã trải qua một ngày như thế nào v.v.. Trẻ rất nhạy cảm với môi trường xung quanh.

Thông:



Loại vật dụng nào trẻ thích chơi? Hãy Để trẻ tự khám phá. Chỉ cho trẻ thấy những kiểu chơi với những vật dụng đó.

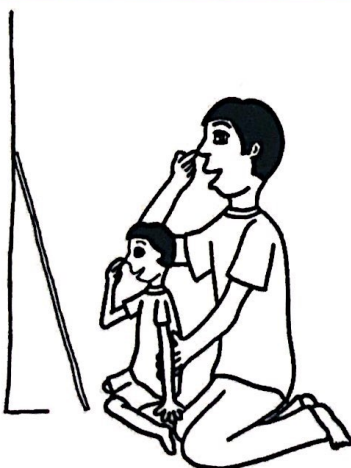


Bế trẻ vào lòng, đối mặt với bạn. Khi đến giờ ăn vặt, đưa trẻ thức ăn dai và giòn để kích thích kỹ năng vận động miệng và sự nhạy cảm của miệng trẻ.



Giúp trẻ chơi và thay đổi kiểu chơi với cùng một vật ví dụ: vật có thể nảy lên, có thể lăn, trẻ có thể ép nó không, trẻ có thể ném nó không, và vật có phát ra tiếng kêu không?

Hiệp:



Đồ dùng nào mà trẻ thích chơi? Tập vài bài thể dục nhận thức cơ thể trước gương để cho vui và để xem trẻ chạm đến cái gì.



Cùng tập các bài tập này với trẻ trước gương hoặc vật phản chiếu: hếch mũi và nhướng mày lên, tạo những kiểu cảm xúc với gương mặt, ép mắt nhắm, ép hai môi lại, há và ngậm miệng, thè lưỡi ra đưa lưỡi từ trái sang phải, lè lưỡi liếm môi và răng.



Ngồi trước gương hay vật phản chiếu. Bảo trẻ chỉ các phần cơ thể thí dụ như mũi, tai, bàn tay, bàn chân v.v.. Nếu việc đó khó đối với trẻ thì hãy chỉ các phần cơ thể của bạn trước và để trẻ bắt chước hay hướng dẫn bàn tay của trẻ. Bảo trẻ chỉ các phần cơ thể của bạn.



Lời khuyên cho sinh hoạt hàng ngày
20. Đi thăm hỏi hay có khách đến nhà: thăm hỏi, sinh nhật, đám cưới

Hoa:



Thử bế trẻ theo. Xem việc đó diễn ra ra sao. Giải thích với mọi người trẻ thích, không thích, và điểm mạnh của trẻ là gì (trẻ ưa gì?). Đặt trẻ vào ghế ở góc phòng nơi trẻ được tham dự vào hoạt động, mà cũng có một cái nhìn tổng quát những gì đang xảy ra. Như thế sẽ ít có vẻ đe dọa hơn. Khi trẻ muốn gần bạn, hãy trẻ, giữ tay trẻ hoặc cho trẻ ngồi vào lòng.



Tốt nhất cố gắng là một trong số những người tiếp xúc đầu tiên. Đặt trẻ vào lòng trước. Sau đó những người khác sẽ dần đến gần trẻ thay vì tập trung xung quanh trẻ cùng một lúc.



Hãy thử xem ai có thể hướng dẫn trẻ trong suốt buổi họp mặt. Nếu trẻ gồng và bồn chồn, hãy nói chuyện với trẻ với giọng thấp, du đưa trẻ chậm chậm và ôm chặt lấy trẻ.

Thông:



Hãy thử bế trẻ theo bạn xem sao. Hãy đi vào giờ giải lao để xem trẻ phản ứng với người đang tiến đến gần ra sao. Giải thích với người ta trẻ thích, không thích và điểm mạnh của trẻ là gì (trẻ thích cái gì?). Nếu có thức ăn, để trẻ ngửi và nếm mỗi món một chút.

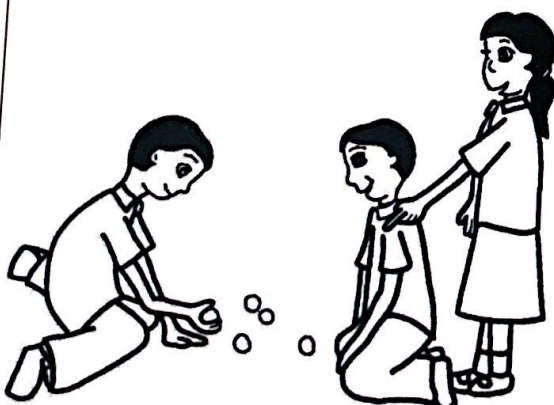


Mang theo những vật trẻ thích. Đặt trẻ ở nơi yên tĩnh của căn phòng cùng với những vật để trẻ chơi. Có thể có những đứa trẻ khác muốn chơi với trẻ. Xin phép cha mẹ chúng và khuyến khích chúng chơi với trẻ.



Hãy để ý những dấu hiệu cho thấy tình hình ổn hay không ổn với trẻ: ví dụ trẻ có tự đánh mình nhiều quá không, gương mặt trẻ thể hiện gì, bạn có thể đoán ra điều gì khi trẻ gồng người?...

Hiệp:



Hãy cố gắng đưa trẻ theo xem sao. Nếu có thức ăn, hãy để Hiệp ngửi và nếm mỗi thức một ít.



Có thể có những đứa trẻ khác muốn chơi với trẻ. Xin phép cha mẹ chúng và khuyến khích chúng chơi với trẻ.

Hãy để trẻ tham gia những trò chơi. Có những trẻ khác không? Hãy để trẻ chơi với những trẻ khác trong những trò không cần chạy nhảy



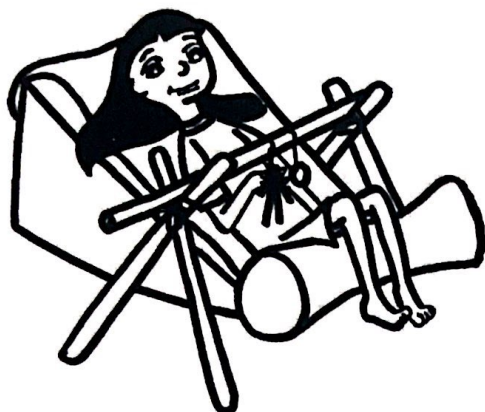
Hãy để ý những dấu hiệu cho thấy tình hình ổn hay không ổn: thí dụ trẻ bồn chồn, gương mặt trẻ thể hiện điều gì, bạn có thể đoán ra điều gì khi trẻ gồng người ...



Lời khuyên cho sinh hoạt hàng ngày

21. Tự chơi

Hoa:



Hãy đưa cho trẻ những đồ vật mà trẻ có thể nhìn thấy, chạm vào và nghe thấy. Bạn cũng có thể treo các đồ vật lên một cái giá đồ chơi. Giá đồ chơi là một khung gỗ mà bạn có thể treo phía trên chỗ trẻ nằm hoặc ngồi dựa vào một chiếc gối. Trẻ có thể nhìn thấy đồ vật và cố gắng nắm và chạm vào chúng. Vì các đồ vật đã được gắn (chặt) và khung nên trẻ có thể chạm vào chúng và sẽ không làm mất đồ.



Đặt gối dưới đầu, hai bên và đầu gối của trẻ. Đảm bảo trẻ có thể với tới các đồ vật trên khung gỗ.



Khi trẻ đang chơi, bạn có thể quan sát trẻ, nhận biết ngôn ngữ cơ thể trẻ. Nếu trẻ vui, trẻ có tạo tiếng động gì không, trẻ có cần gì không, trẻ có thể với được các đồ vật không?

Thông:



Đưa cho trẻ các hình khối bằng gỗ lớn nhỏ. Trẻ có thể xếp chồng và gạt đổ chúng. Trẻ có thể sử dụng các hình khối để tạo tiếng nhạc bằng cách đập các hình khối vào nhau.



Đặt trẻ ngồi trên ghế hoặc trong góc phòng, có điểm tựa.



Trong khi trẻ chơi, bạn có thể quan sát trẻ. Trẻ nhìn về phía nào, trẻ có tạo tiếng động không. Đợi đến khi trẻ tạo giao tiếp, lắng nghe âm thanh và từ ngữ trẻ tạo ra như "khối lớn", "khối nhỏ", "tháp cao", "ui", "bùm".

Hiệp:



Đưa cho trẻ đồ vật trẻ sử dụng hàng ngày, ví dụ như một chiếc cốc, một cái chảo, một cái thìa. Trẻ thích bắt chước hành động của bạn. Đổ thêm một ít nước và cát hoặc lá cây và trẻ có thể giả vờ nấu được một cốc súp.



Đặt trẻ ngồi trên ghế đặt cạnh bàn hoặc để trẻ đứng bên bàn. Đảm bảo các đồ vật khác ở gần xung quanh.



Trong khi trẻ chơi, bạn có thể quan sát trẻ. Trẻ nhìn về phía nào, trẻ có tạo tiếng động không. Đợi đến khi trẻ tạo giao tiếp, lắng nghe các từ ngữ trẻ tạo ra và bổ sung thêm từ để bạn có thể nối dài câu ra. Khi trẻ nói "canh", bạn có thể nói "Ừ, con nấu canh!"



Lời khuyên cho sinh hoạt hàng ngày

22. Chơi với những trẻ khác

Hoa:



Chơi ú òa là trò chơi mà trẻ em thường thích, trẻ dấu mắt bằng bàn tay hay một tấm vải, sau đó trẻ thỉnh thoảng xuất hiện trước mặt trẻ khác và nói "Òa". Cần đảm bảo trẻ nhận ra sự thay đổi.

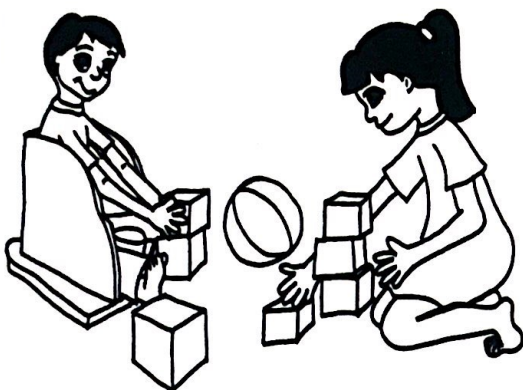


Đặt trẻ ngồi trên đùi bạn, lưng dựa vào người bạn. Để các trẻ ngồi đối diện nhau.



Giúp trẻ hiểu trò chơi bằng cách giải thích điều gì sẽ xảy ra. ".....đâu nhỉ?", "Òa!", "Nhìn này, bạn ý đây này"

Thông:



Để trẻ chơi với các hình khối và quả bóng. Trẻ có thể xếp chồng các hình khối và làm nghiêng, hay lăn chúng, lắp hay tách chúng ra. Cần đảm bảo có đủ đồ vật để hai trẻ cùng chơi. Có thể trẻ không thích chơi cùng nhau, chỉ xem trẻ còn lại đang làm gì mà thôi.



Đặt trẻ trong một chiếc ghế ở tư thế trẻ có thể nhìn thấy trẻ còn lại đang chơi trong phòng. Đặt đồ vật gần trẻ để trẻ cũng có thể chơi khi trẻ muốn.



Quan sát trẻ. Trẻ có tự chơi không? Thêm từ cho các hoạt động của trẻ. Trẻ có nhìn trẻ còn lại trong khi chơi không? Nói cho trẻ nghe trẻ kia đang làm gì bằng những câu đơn giản. Có thể trẻ sẽ hiểu và bắt chước?

Hiệp:



Đưa trẻ các đồ vật thường ngày để trẻ chơi. Chúng có thể dùng đồ vật chơi trẻ giả vờ. Có thể trẻ thích pha trà cho nhau.



Đặt trẻ trên ghế cạnh một chiếc bàn hoặc đặt trẻ ngồi trên sàn nhà.



Quan sát trẻ. Trẻ có chơi cùng nhau không hay trẻ chơi riêng lẻ? Giúp trẻ bổ sung thêm từ vào các hoạt động của cả hai. Đảm bảo chúng để ý đến nhau "nhìn kia, bạn đang làm gì kia" và thậm chí chơi cùng nhau "hãy pha một cốc trà cho...."

Chương 4: Bài tập – những khả năng



- ⇒ Xin hãy điền vào Bảng liệt kê ở trang kế tiếp một lần nữa cho con của bạn.
- ⇒ Bạn có thể bổ sung gì vào bảng này? Những gì bạn có thể lược bỏ? Có điều gì cần phải viết lại hay không?
- ⇒ Bạn đã biết thêm được điều gì từ con của bạn?
- ⇒ Đánh giá Bảng liệt kê khả năng vài tháng một lần và nói với những người liên quan về các thay đổi.
- ⇒ Thêm thông tin vào Bảng khi bạn biết thêm về sự phát triển của con.
- ⇒ Hãy chia sẻ thông tin với gia đình, bạn bè hoặc hàng xóm khi bạn muốn giải thích về con bạn.

Ghi chú của cha mẹ:

--

Bài tập: Bảng liệt kê những khả năng của trẻ (sau chương trình)

Hãy điền lại vào bảng này cho con bạn bằng cách trả lời các câu hỏi

Em có thể làm điều này:

- Mô tả nếu con bạn có thể nghe, cảm thấy, ngửi, nếm và nhìn tốt:
- Con bạn có thể cử động cơ thể như thế nào, kể cả là cử động nhỏ?:
- Con bạn có thể giao tiếp bằng cách nào? (từ ngữ, tiếng động, ngôn ngữ cơ thể, bắt chước):

Những hoạt động và nhiệm vụ mà em cần được giúp đỡ:

Mức độ trẻ cần hỗ trợ trong các hoạt động hàng ngày: luôn luôn, thường xuyên, ít?

- ⇒ đi vệ sinh:
- ⇒ ăn
- ⇒ uống:
- ⇒ đánh răng:
- ⇒ chơi:
- ⇒ tắm:

Mức độ trẻ cần hỗ trợ cho việc:

- ⇒ ngồi:
- ⇒ nằm:
- ⇒ đứng:
- ⇒ di chuyển trong nhà:
- ⇒ di chuyển khi ở ngoài:

Em thể hiện ra sao khi có những cảm giác dưới đây

- Khi hạnh phúc, trẻ biểu hiện như thế nào?:
- Khi buồn, trẻ biểu hiện như thế nào? Điều gì khiến trẻ cảm thấy khó hơn:
- Khi giận dữ, trẻ biểu hiện như thế nào? Điều gì khiến trẻ cảm thấy khó hơn:
- Khi sợ trẻ biểu hiện như thế nào? Điều gì khiến trẻ cảm thấy khó hơn:
- Khi ốm trẻ biểu hiện như thế nào? Điều gì giúp trẻ cảm thấy khó hơn:

Khi đau đớn em sẽ biểu hiện bằng:

- Trẻ có biểu hiện sự đau đớn trên khuôn mặt không và như thế nào? (vẻ mặt)
- Trẻ có biểu hiện ra bằng lời không và như thế nào? (khóc, kêu lên đau đớn):
- Trẻ có biểu hiện thông qua cơ thể không và như thế nào (đuối thẳng người, run rẩy):
- Trẻ có biểu hiện khác không và như thế nào?

Mô tả con bạn:

Tên:

Ngày sinh:

Tuổi:

Trai/gái:

Tên của nhân viên cộng đồng hay nhà trị liệu:

Em thích những vật sau trong sinh hoạt hàng ngày:

- Trẻ thích chơi với đồ vật gì:
- Trẻ thích âm thanh, mùi vị hay chuyển động gì?:
- Trẻ thích tư thế hay chuyển động nào? (ngồi, bò...)

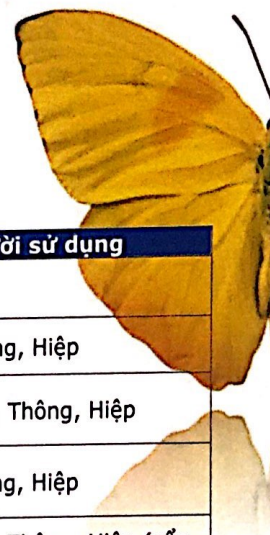
Em không thích

- Trẻ không thích những đồ vật gì?
- Trẻ không thích âm thanh mùi vị hay chuyển động gì?:
- Trẻ không thích tư thế hay chuyển động nào? (ngồi, bò...)

Đánh giá:

- Có những thay đổi gì ở trẻ và gia đình trẻ ?
- Thay đổi nào có ý nghĩa nhất đối với trẻ và gia đình trẻ?
- Tại sao thay đổi này là ý nghĩa nhất với trẻ và gia đình trẻ?
- Hiện tại những khó khăn nhất trong một tuần bình thường là gì?

Chương 5: Hướng dẫn cách làm dụng cụ trợ giúp



	Dụng cụ	Công dụng	Người sử dụng
1.	Gối hình móng ngựa*	Hỗ trợ khi ngồi hoặc nằm trên sàn nhà	Hoa
2a.	Ghế ba góc*	Hỗ trợ ngồi	Thông, Hiệp
2b.	Bàn có thể điều chỉnh*	Giúp nhìn / vươn tới được các vật dụng.	Hoa, Thông, Hiệp
3.	Ghế bánh xe*	Giúp di chuyển ở tư thế ngồi khi có thể sử dụng tay nhưng không sử dụng được chân	Thông, Hiệp
4.	Vỗng	Trải nghiệm các giác quan của cơ thể ở tư thế chuyển động/ thư giãn	Hoa, Thông, Hiệp (cần thận trọng để trẻ bò ra ngoài)
5a.	Cổ định hông*	Giúp trẻ ngồi vững trên ghế khi trẻ không tự ngồi dậy được*	Hoa, Thông
5b.	Cổ định ngực*	Giúp trẻ ngồi vững trên ghế khi trẻ không thể tự ngồi lên và không giữ được thẳng bằng	Hoa
6.	Xe bụng*	Giúp di chuyển ở tư thế nằm sấp khi trẻ có khả năng sử dụng tay nhưng không có khả năng sử dụng chân hoặc khi chân yếu	Hiệp
7.	Xích đu (có gắn phần cổ định 6+7)*	Tạo cảm giác chuyển động	Thông, Hiệp
8.	Xe lăn	Giúp di chuyển	Hoa, Thông, Hiệp
9.	Địu	Giúp bạn và trẻ đi ra ngoài nhà.	Hoa, Thông
10.	Dụng cụ giúp cố định trên xe (máy)	Giúp bạn chở trẻ bằng xe (máy)	Hoa, Thông, Hiệp
11.	Các loại ghế khác	Hỗ trợ khi ngồi	Tùy loại ghế
12.	Gối hình cái nêm	Giúp trẻ khi nằm có thể nhìn được nhiều hơn và sử dụng tay tốt hơn	Hoa, Thông
13.	Cốc uống nước	Giúp trẻ uống nước khi chúng không thể nâng cầm lên hay nếu bạn muốn giữ đầu trẻ được thẳng để tránh việc trẻ đuối người	Hoa, Thông, Hiệp
14.	Thìa có thể điều chỉnh	Giúp trẻ giữ thìa khi trẻ gặp khó khăn trong việc cầm và giữ thìa	Hoa, Thông, Hiệp
15.	Gối đỡ	Hỗ trợ trẻ không có hoặc có ít khả năng ngồi hay nằm.	Hoa
16.	Ý tưởng làm các dụng cụ hỗ trợ	Tận dụng những vật liệu dễ tìm và để trẻ có thể sử dụng một cách độc lập hơn	

* Phần hướng dẫn cách làm các dụng cụ này do Trung tâm phục hồi chức năng Rijndam biên soạn.

Gối hình móng ngựa là gối giúp nâng đỡ tất cả các tư thế của cơ thể. Phù hợp dùng làm gối ngủ, tựa lưng, để chơi hoặc để cố định.

Gối hình móng ngựa có thể được sử dụng theo cách sau:

- Trẻ nằm sấp trên gối.
- Trẻ ngồi trên gối, có thể dùng một mảnh gỗ ép vào gối dùng làm bàn.
- Trẻ nằm ngửa lên gối.
- Gối dùng để cố định bụng, giữa đầu gối và lưng.

Vật liệu cần dùng

- Vỏ ruột gối:
 - Vải cotton cứng rộng 90cm và dài 100cm hoặc rộng 150cm và dài 60cm.
- Vật liệu độn gối:
 - Các miếng mút (tấm đệm hoặc vải cũ) hoặc những quả bóng nhỏ bằng xốp.
- Vỏ ngoài:
 - Vải xốp hoặc một khăn lông lớn mềm cũ (cùng cỡ với mảnh vải cotton);
 - 2 dây kéo (hoặc dùng cúc áo);
 - 50cm dây chun có khuy (hoặc bấm khuy trên dây chun);
 - 2 cúc áo.

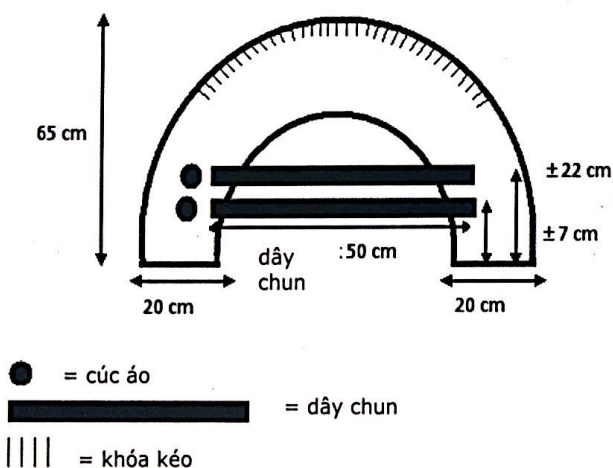
Cách làm

- Cắt mảnh vải cotton thành hai mảnh hình móng ngựa (xem hình vẽ số đo) và một mảnh dài 260cm X 10cm (cũng có thể dùng các mảnh nhỏ hơn được may nối nhau)
- *Tất cả các kích cỡ này chưa tính phần may, vì vậy hãy cắt rộng thêm (khoảng 3cm)!*
- May hai mảnh vải hình móng ngựa lại và chừa một đoạn để độn gối.
- Độn gối (độn cho gối thành hình và hơi uốn cong được) và sau khi độn xong may khít gối lại.
- Bây giờ cắt các mảnh vải khăn lông y hệt như mảnh cotton.
- May các mảnh lại, nhưng lần này may vào 2 dây kéo (hoặc cúc áo) (xem hình vẽ vị trí của dây kéo).
- Đính cúc áo và dây chun có khuy áo (xem hình vẽ vị trí đính cúc áo).
- Lồng ruột gối vào trong vỏ gối vải khăn lông và khóa dây kéo lại.

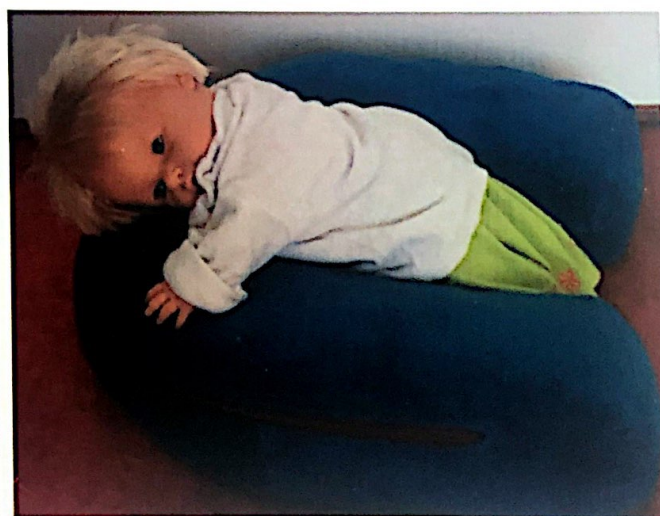
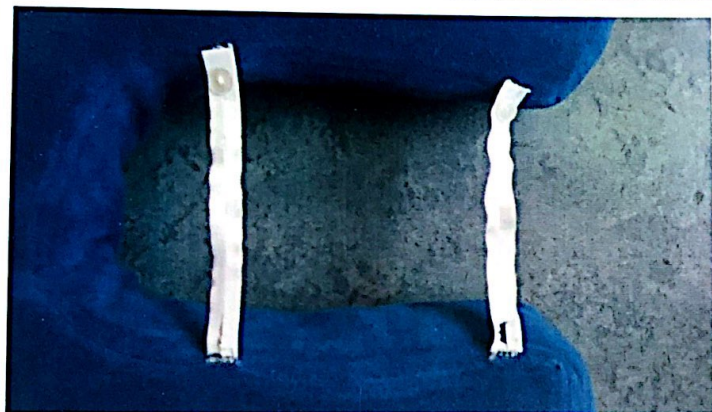
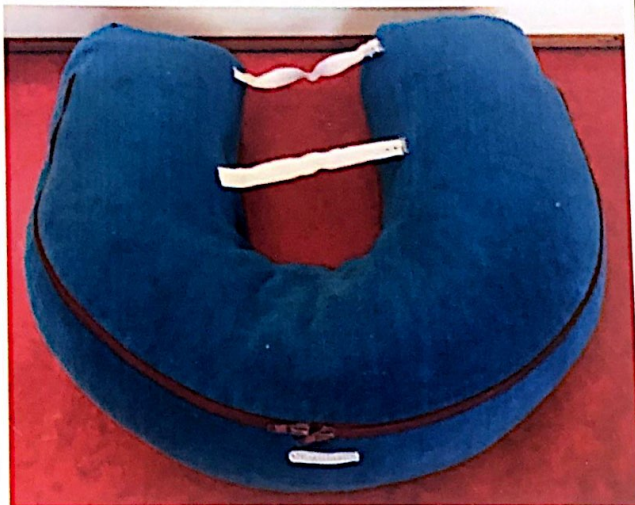
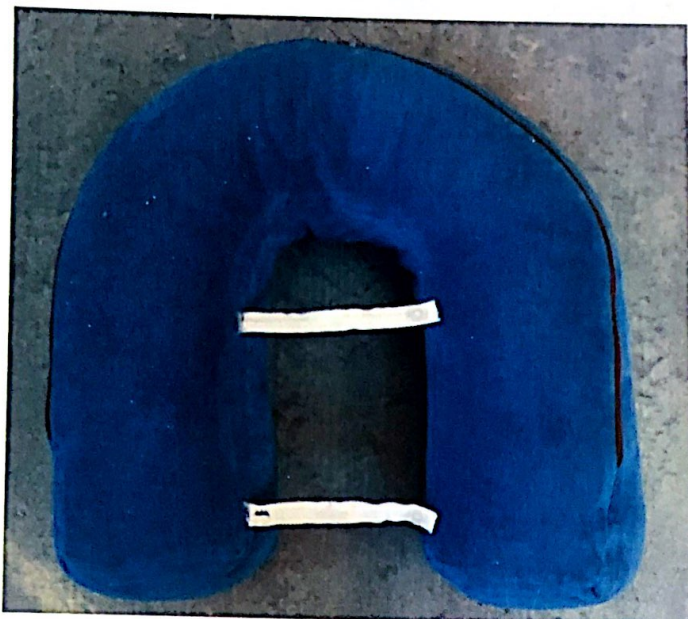
Mẹo/lưu ý

Bạn có thể may thêm vải vào gối nơi trẻ có thể chảy nước dãi, nếu cần.

Hình vẽ



Kết quả cuối cùng



Vật liệu cần dùng

- 1 tấm gỗ dùng làm mặt ghế, 50cm x 50cm (gỗ dày 8mm)
- 2 tấm gỗ, 35cm x 23cm (gỗ dày 8 mm)
- 2 tấm gỗ, 25cm x 20cm (gỗ dày 8 mm)
- 2 tấm gỗ, 40cm x 9cm (gỗ dày 8 mm)
- 1 cục gỗ dùng làm trục cản.
- Mút cao su để bọc mặt ghế, lưng ghế (hông ghế) và trục cản.
- Vải/nhựa vinyl/da dùng để bọc các phần bọc mút cao su.

Tùy chọn

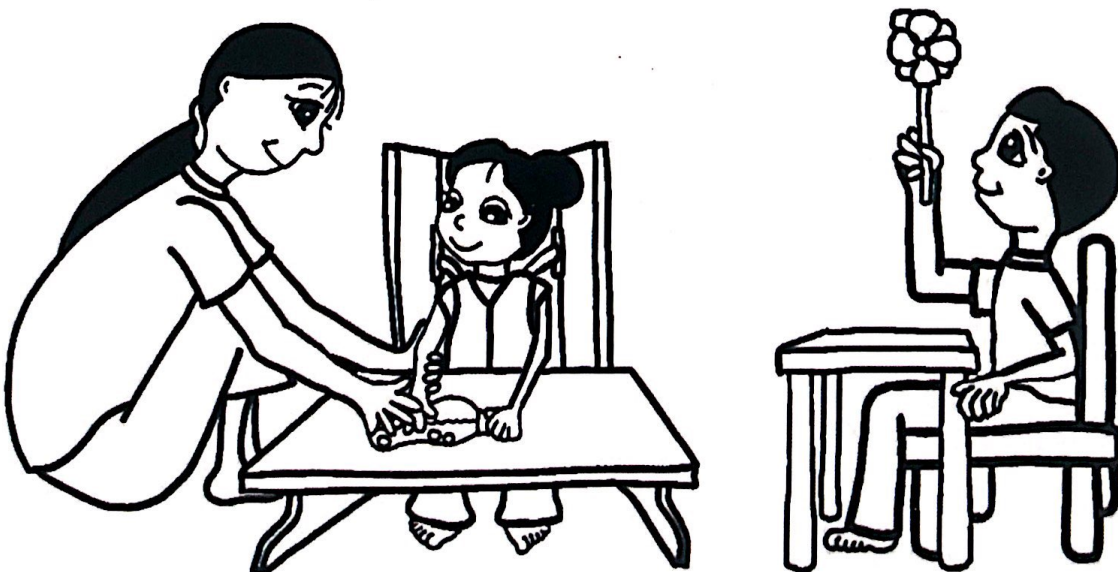
- Dây đai rộng 4cm dùng làm dây đai ngực/ bụng
- Khóa dán gắn vào phần lưng ghế và dây đai ngực/bụng.

Cách làm

- Cưa tấm gỗ dùng làm mặt ghế cỡ 50 x 50 cm theo đúng hình minh họa.
- Cưa các tấm gỗ cỡ 35 x 23 cm, tròn một góc, giống hình minh họa. Đây là các tấm gỗ dùng làm hông ghế dưới.
- Cưa các tấm gỗ cỡ 25x 20 cm, cưa tròn hai góc. Đây là các tấm gỗ dùng làm hông ghế trên.
- Cưa tấm gỗ cỡ 40 x 9 cm và đục đường rãnh cỡ 10cm x 1cm trên mỗi tấm gỗ. Đây là những tấm gỗ có thể điều chỉnh.
- Ráp các tấm gỗ có thể điều chỉnh được với cạnh đáy cao hơn cạnh đáy của tấm gỗ dùng làm hông ghế dưới 4 cm.
- Ráp các tấm gỗ dùng làm hông ghế trên với các tấm gỗ có thể điều chỉnh bằng một đinh ốc xuyên qua đường rãnh, như vậy bằng cách vặn mở ốc, bạn có thể điều chỉnh hông ghế trên cho phù hợp với chiều cao mong muốn.
- Ráp tấm gỗ dùng làm hông ghế dưới với mặt ghế và dùng đinh ốc gắn các tấm gỗ dùng làm hông ghế dưới. Làm tương tự với các tấm gỗ dùng làm hông ghế trên và các tấm gỗ điều chỉnh.
- Bọc cục gỗ bằng mút cao su và vải để nó trở thành một trục cản tốt.
- Ráp trục cản.

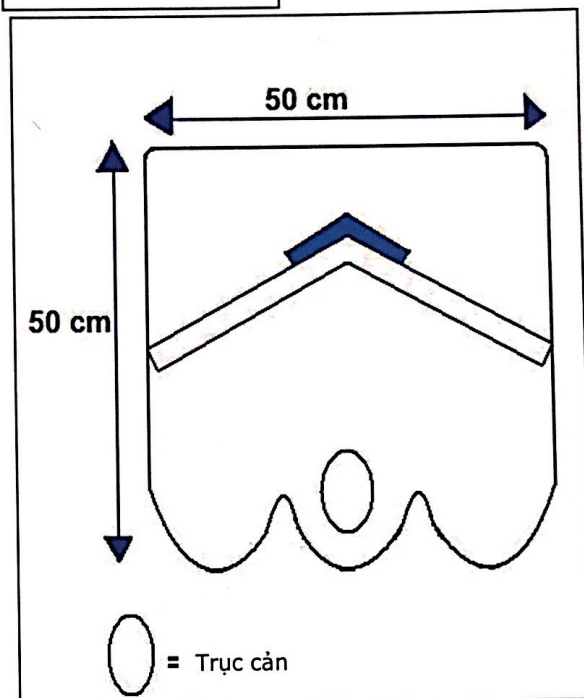
Mẹo/Lưu ý

Dán khóa dán vào các tấm gỗ dùng làm hông ghế (gồm cả trên và dưới) để giữ chiếc gối, như thế, trẻ sẽ không bị đau.

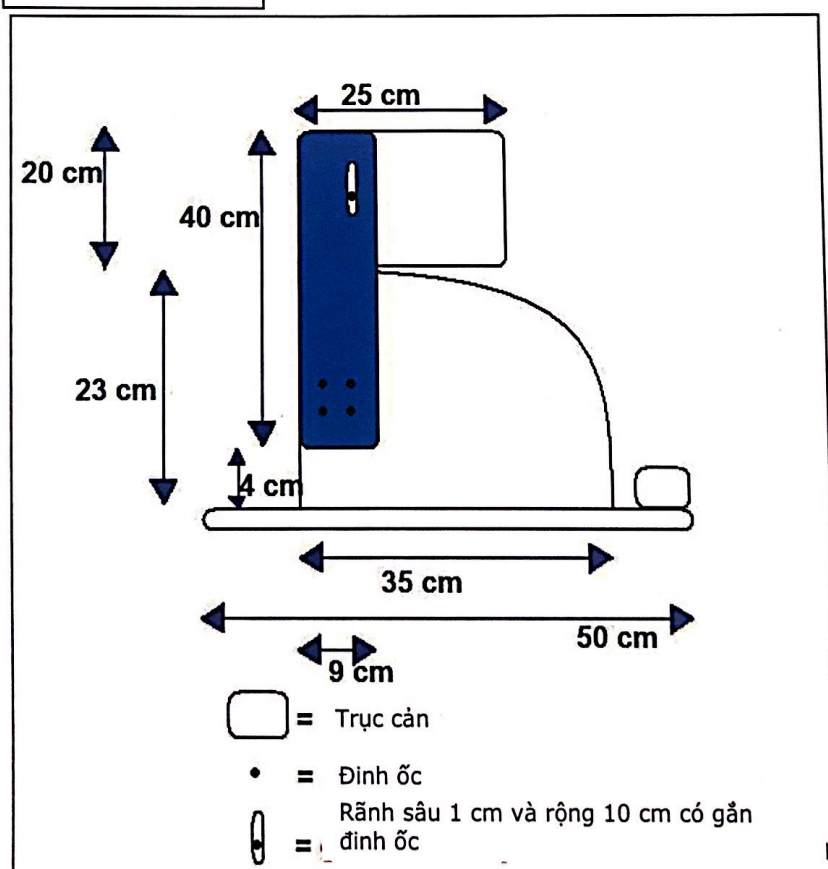


Bản vẽ

Nhìn từ trên xuống



Nhìn từ 2 bên



Kết quả cuối cùng



Giữ vật dụng trong tầm
nhìn/tầm với

2b. Bàn có thể điều chỉnh
Hoa, Thông, Hiệp

Vật liệu cần dùng

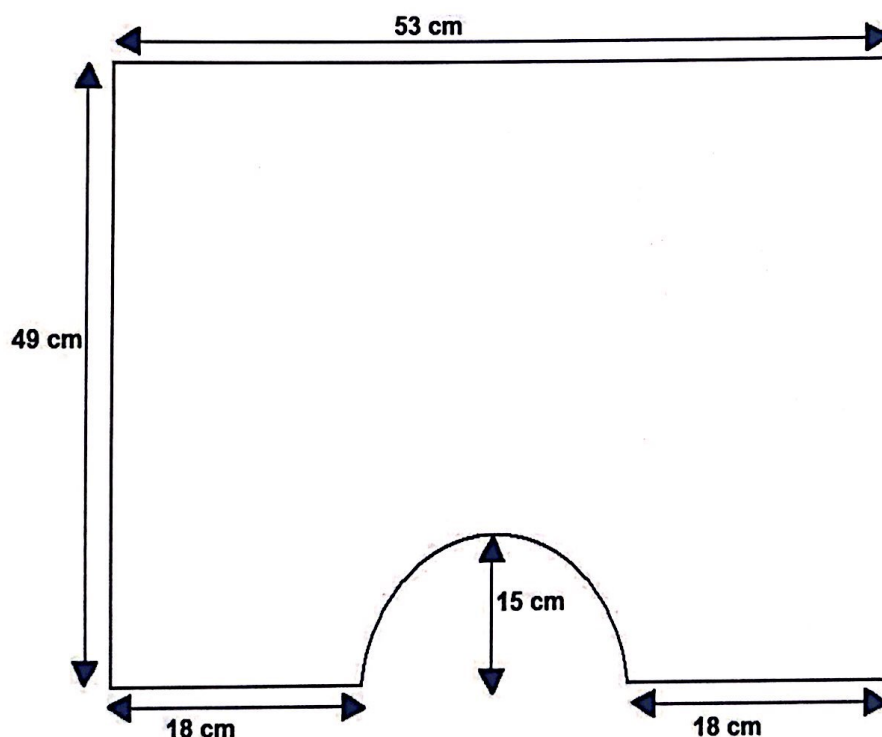
- Tấm gỗ kích thước 49 x 53cm làm mặt bàn.
- Hai thanh gỗ kích thước 38 x 26 làm chân bàn.
- Hai thanh gỗ kích thước 19 x 5.5 cm làm thanh nối.
- Hai tấm gỗ kích thước 33 x 15.5 cm làm tấm nâng đỡ mặt bàn.

Cách làm

- Cưa tấm gỗ theo kích thước trong hình minh họa.
- Cưa chân bàn theo kích thước trong hình minh họa và đục đường rãnh ở vị trí chỉ định.
- Cưa các thanh nối theo kích thước đã nêu. Cưa tròn phần trên để mặt bàn có thể điều chỉnh được.
- Cưa tấm gỗ nâng đỡ mặt bàn theo đúng kích thước. Khi cưa phải đảm bảo đường rãnh nằm cách đáy 2,5 cm.
- Ráp tấm gỗ nâng đỡ mặt bàn vào các cạnh ngắn của mặt bàn, cách mép 2cm. Cạnh tấm nâng đỡ này cách cạnh mặt bàn 8cm nơi không có đường rãnh.
- Khoan 2 lỗ ở các mảnh nối để định độ cao của mặt bàn. Lưu ý chiều cao của chân bàn khi thực hiện.
- Ráp các thanh nối vào phần nâng đỡ mặt bàn.
- Dùng ốc vít gắn chân bàn với các thanh nối. Đây là những điểm có thể điều chỉnh.

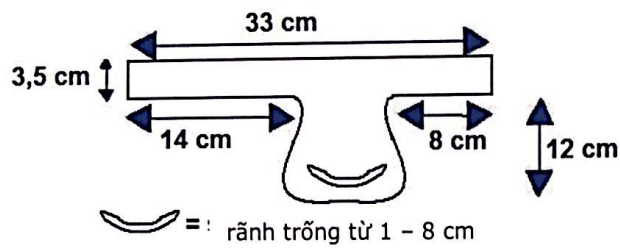
Hình vẽ

Mặt bàn - nhìn từ phía trên

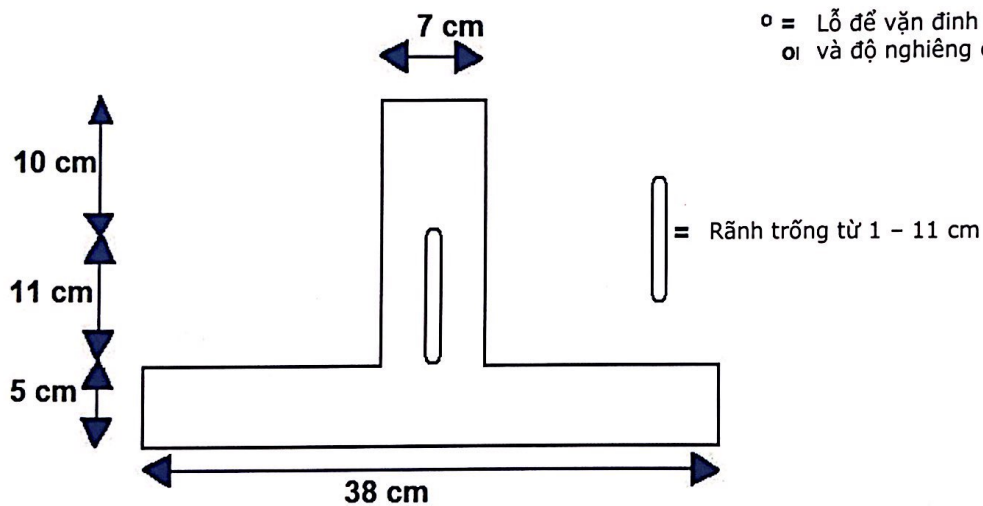


Kết quả cuối cùng

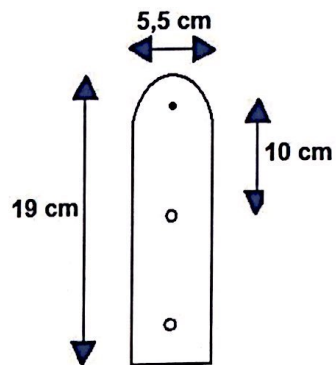
Phần nâng đỡ mặt bàn, nhìn từ phía hông



Chân bàn, nhìn từ phía hông



Thanh nối



• = Đinh ốc

o = Lỗ để vận đinh ốc, điều chỉnh độ cao
oi và độ nghiêng của mặt bàn



Khả năng di chuyển ở tư thế ngồi khi trẻ có thể sử dụng tay mà không sử dụng được chân tốt

3. Ghế gắn bánh xe

Thông, Hiệp

Vật liệu cần dùng

- Gỗ dùng làm mặt ghế: 630 x 240 mm
- Gỗ dùng làm lưng ghế: 240 x 250 mm
- Tuýp trục bánh xe lớn: 416 x 20 mm
- Gỗ dùng làm hông ghế: 300 x 100 mm
- 2 bánh xe lớn: đường kính 200 mm
- 1 bánh xe nhỏ đường kính 74 mm
- 1 bánh xe nhỏ khác đường kính 97 mm

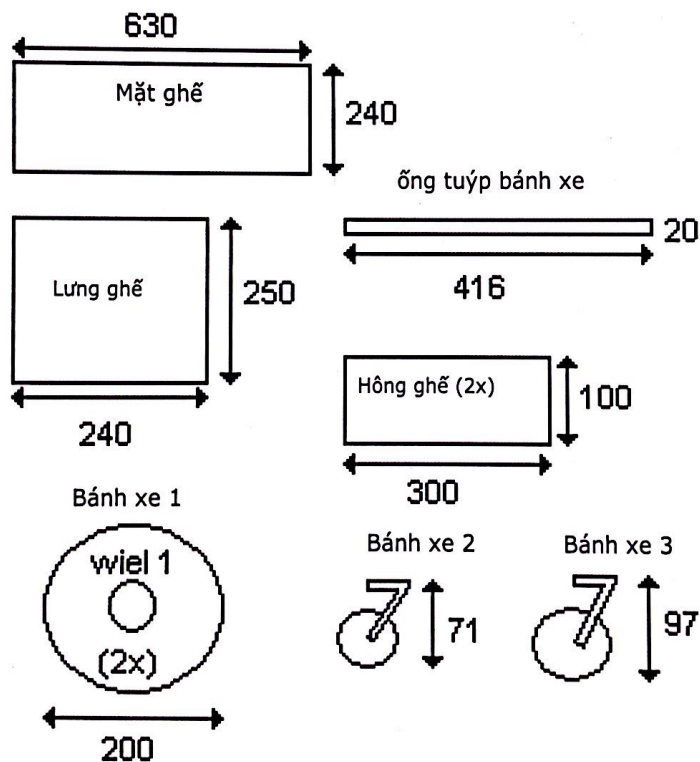
Cách làm

- Cưa tấm mặt ghế, lưng và hông theo đúng kích thước.
- Gắn các bánh xe như trong hình vẽ. Bánh xe nhỏ ở phía trước, bánh xe lớn ở phía sau.
- Ráp lưng ghế vào mặt ghế
- Ráp hông ghế vào mặt ghế
- Ráp tuýp trục bánh xe dưới mặt ghế
- Ráp các bánh xe

Bản vẽ

(tính theo milimét)

Vật dụng cần có



Kết quả cuối cùng



Chọn vật liệu

Vải dùng để may áo khoác mùa đông rất thích hợp để may võng. Cũng có thể sử dụng các vải khác tùy theo mục đích: vào mùa đông thì nên sử dụng vải len hay vải nỉ để giữ ấm, còn khi thời tiết ấm áp hơn thì nên sử dụng vải cotton tổng hợp hay vải bông chéo sẽ đẹp hơn. Cho dù sử dụng loại vải gì thì cũng phải chú ý những mối chỉ bị bong ra và bỏ chiếc võng nếu nó bị hỏng.

Hướng dẫn – Những vật liệu cần dùng

Tấm vải cỡ lớn

Bàn là

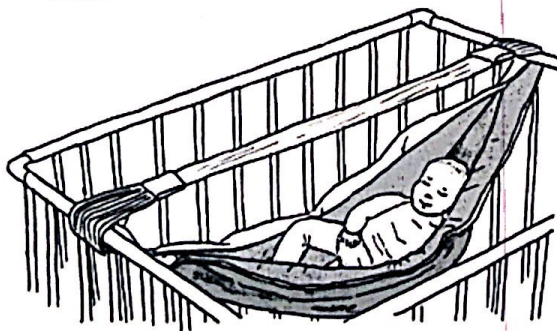
Máy khâu

Ghim

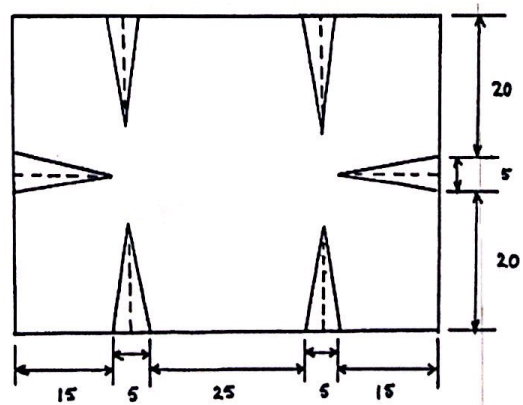
Dây thừng, 3,5 m

Dao

1. Gấp tấm vải làm đôi theo chiều dài để làm tấm vải dày gấp đôi và rộng bằng một nửa ban đầu. May các đường chung quanh tấm vải.
 2. Gấp một đường mép rộng 10 cm ở hai đầu tấm vải. Ghim đường mép đúng vị trí.
 3. May đường mép, để mở hai bên để luồn dây thừng. May chần đường mép 8 lần để tạo một đường may chắc chắn.
 4. Cắt dây thừng thành hai sợi dài 1,75 m. Luồn dây thừng xuyên qua đường mép.
 5. Buộc dây thừng quanh các điểm nâng đỡ, chẳng hạn như hai cây hoặc hai trụ đỡ.
- http://www.ehow.com/how_7843663_make-easy-hammock.html#ixzz1eMBKRwTF



Nguồn: sách *Als je kind het zelf niet kan deel 2*
(Spiekhout et al, 2012)



Hỗ trợ ngồi trên ghế khi trẻ
không thể tự ngồi
5a. Cố định hông
Hoa, Thông

Mục đích của chiếc quần ngồi là ngăn không cho trẻ trượt khỏi ghế hoặc dụng cụ trợ giúp khi ngồi khác.

Vật liệu cần dùng

Ưu tiên sử dụng những vật liệu linh hoạt. Đối với quần ngồi, có thể sử dụng vải da nhân tạo simili hoặc vải cotton tổng hợp. Cũng có thể sử dụng vải khăn lông để bọc các dây đai buộc. Lưu ý rằng các dây đai buộc không thể giặt tẩy được. Để giữ trẻ đúng vị trí, đừng buộc quá lỏng nhưng cũng đừng quá chặt (để tránh để lại vết hằn trên da).

Cách thực hiện

Kích thước theo bản vẽ chỉ mang tính minh họa, kích thước thực tế phụ thuộc vào kích thước của trẻ và ghế, có thể tham khảo ý kiến của chuyên viên vật lý trị liệu để điều chỉnh cho phù hợp.

Để xác định độ dài của đai buộc, cách dễ nhất là ban đầu phải làm một đai buộc dài hơn. Trước khi tra móc vào quần ngồi, hãy thử quần ngồi để xác định tra móc ở chỗ nào là thích hợp. Có thể xác định kích thước bằng cách cắt rập khuôn vải.

Cách sử dụng

- Mặt sau (thẳng) được gắn với đai lưng hoặc buộc vào ghế hoặc xe.
- Trẻ ngồi trong quần ngồi. Dây đai buộc nằm giữa chân và bắt chéo chân và hông đến lưng. Có thể gắn các dây đai vào phần lưng hoặc phía sau ghế.

Lưu ý

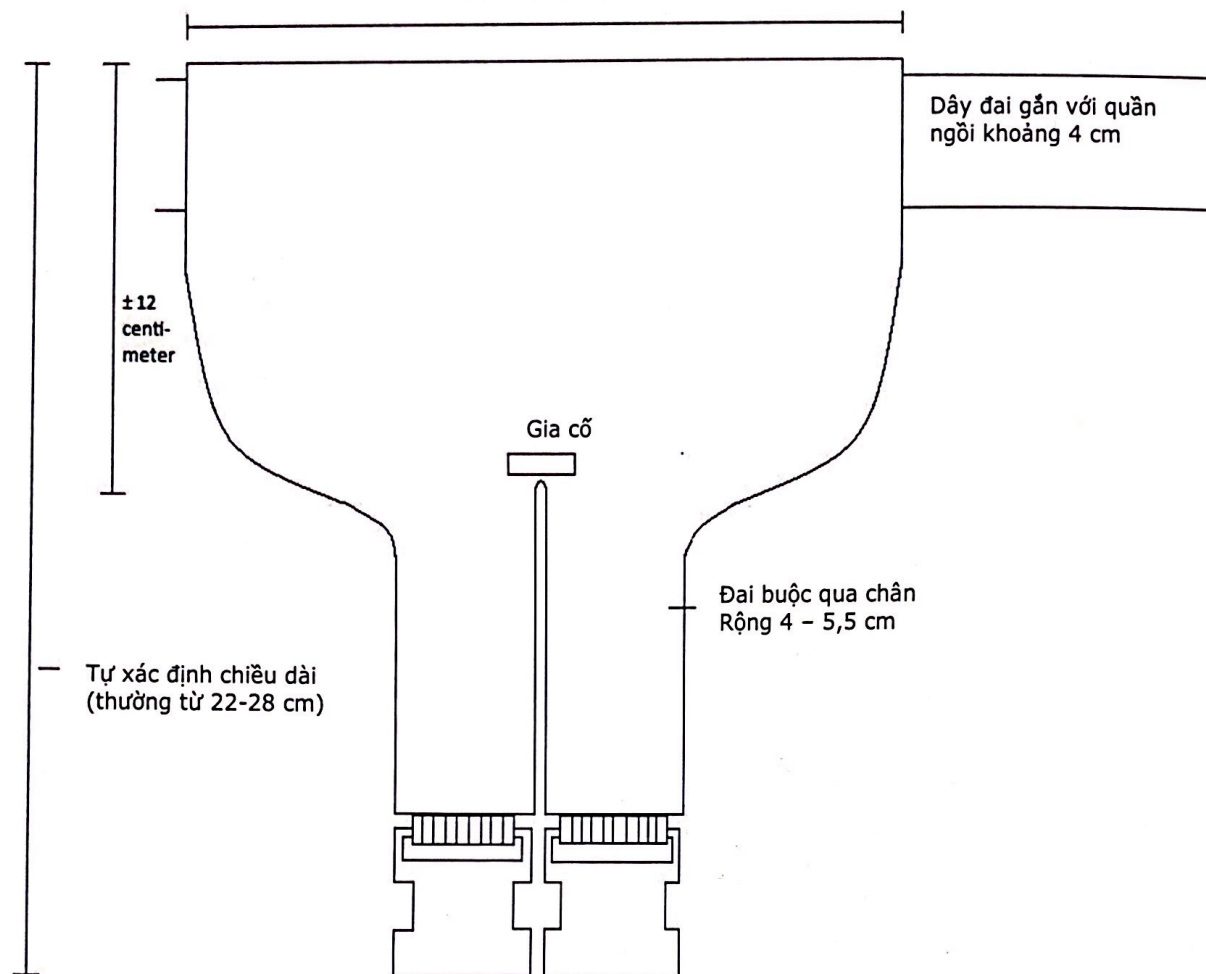
Ghế ngồi có một số điều cần lưu ý như sau:

1. Các dây đai buộc phải bắt chéo hông giúp định vị được mông vào lưng ghế để trẻ không bị trượt nhanh.
2. Các đai buộc sẽ khiến chân hơi dẹt ra giúp hai gối hoặc chân không chạm hoặc chéo nhau. Phạm vi nâng đỡ bé lớn hơn nên bé sẽ ngồi vững hơn.
3. Có thể sử dụng các loại móc khác nhau. Những chiếc móc có thể điều chỉnh được để vừa với độ dày của quần áo cũng như khi bé lớn hơn. Cần phải chú ý điều này khi xác định độ dài của các dây đai buộc (ví dụ dùng loại khóa dán chồng có độ dài 8-10 cm, khóa chốt hoặc khóa thông thường).

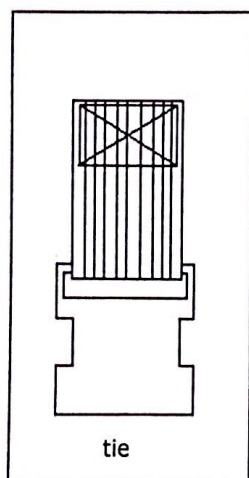


Bản vẽ

20 of 27 centimeter



Khóa gài



Kết quả cuối cùng



Hỗ trợ ngồi trên ghế khi trẻ
không giữ được thẳng bằng
5b. Cổ định ngực
Hoa, Thông

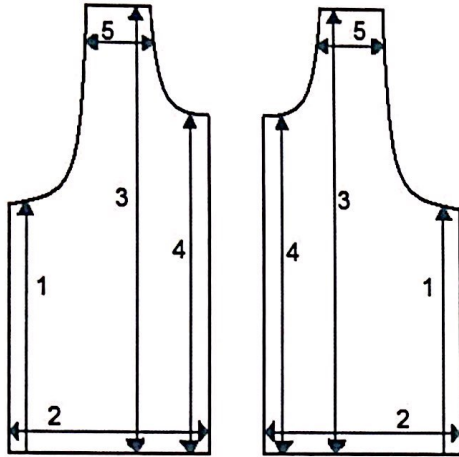
Vật liệu

- Vải chắc bền, ví dụ, vải quần bò. Về kích thước, tham khảo cách đo sau đây:
 - Đo từ eo trẻ đến cách nách 5 cm.
 - Đo từ đường may bên hông áo đến hàng nút áo trước bụng
 - Đo từ đường may vai áo đến gấu áo.
 - Đo từ chỗ lôm dưới cổ họng đến nút bụng
 - Do cắt khác nhau nên chiều rộng ít nhất phải là 5 cm.
- 9 khóa bấm

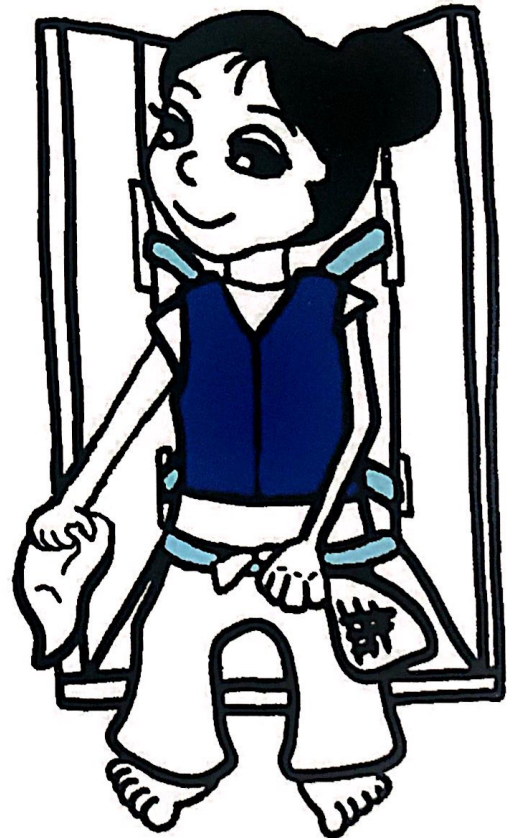
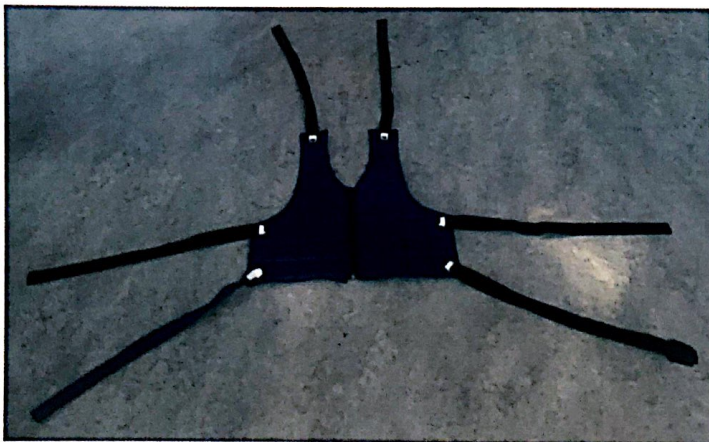
Cách thực hiện

- Vẽ mẫu áo trên vải bằng (bút chì hoặc chì màu)
- Cắt mẫu (bảo đảm có thừa biên vải đủ để ráp +/- 3 cm).
- Ráp các biên áo.
- Đính khóa ở những nơi đã đánh dấu (xem bản vẽ)
- **ĐỪNG BAO GIỜ** sử dụng chỉ một áo cổ định ngực mà luôn luôn dùng kết hợp với quần cổ định hông để tránh làm nghẹt thở.

Bản vẽ



Kết quả cuối cùng



6. Xe bụng Hiệp

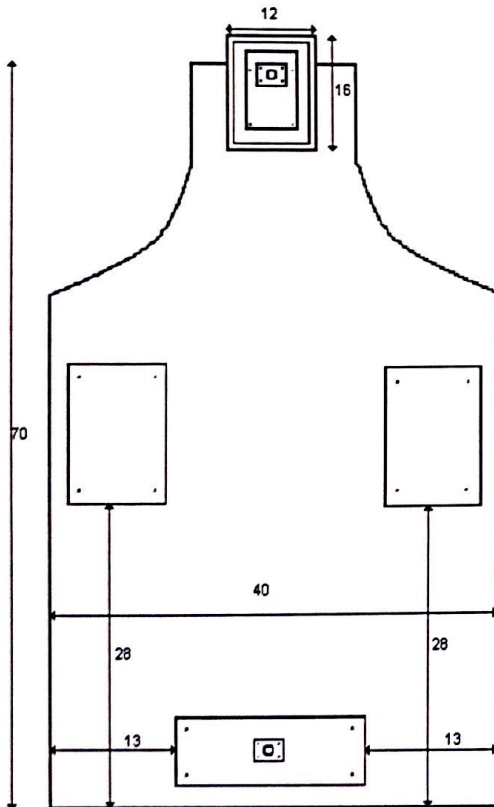
Vật liệu cần dùng

- 1 tấm gỗ
- 1 tấm da nhân tạo (si-mi-li) hoặc các loại khác có thể tẩy rửa được.
- Vải mềm để làm dây đai.
- 4 bánh xe có thể xoay chuyển mọi hướng, chiều cao khoảng 7 cm.

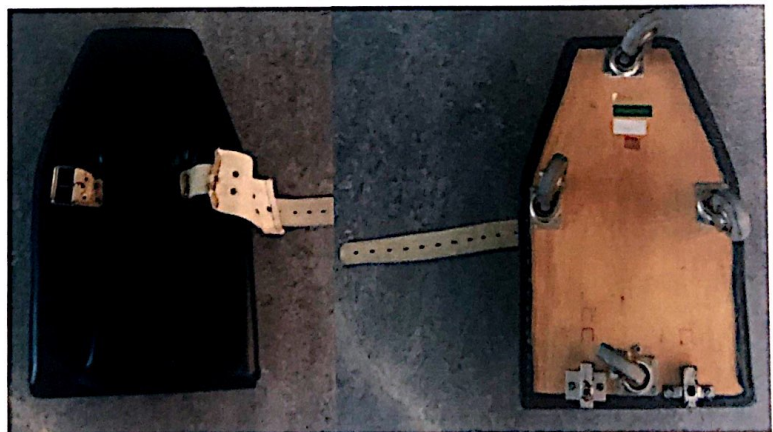
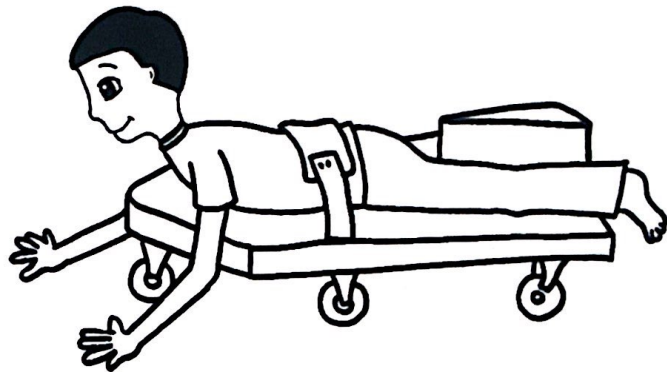
Cách thực hiện

- Cưa tấm gỗ theo đúng kích cỡ. Xem bức ảnh dưới đây để biết kích cỡ.
- Bọc tấm gỗ bằng vải simili. Nhớ chừa chỗ để gắn dây đai mềm với tấm gỗ. Do vậy, đừng bọc tấm gỗ quá chặt để còn chỗ gắn dây đai mềm với tấm gỗ.
- Đặt dây đai mềm giữa tấm gỗ và vải bọc.
- Đính chỗ hở của vải bọc simili.
- Gắn bánh xe dưới tấm gỗ. Xem bức ảnh để biết kích cỡ.
- Vải bọc simili có thể rất nóng nếu để ngoài trời nắng. Kiểm tra trước khi cho trẻ nằm lên.

Bản vẽ



Kết quả cuối cùng



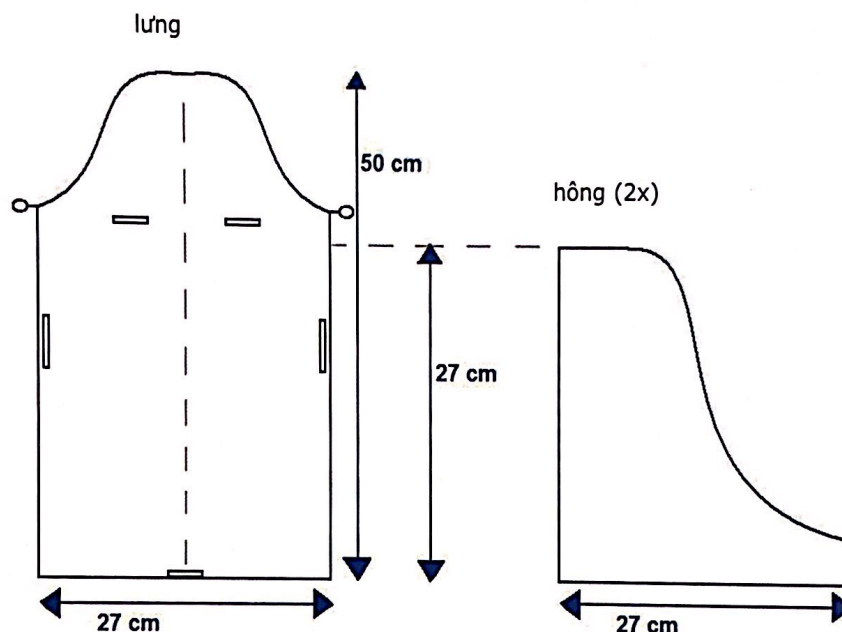
Vật liệu cần dùng

- 1 tấm gỗ cứng dày 1 cm (không dễ bể vỡ)
 - 1 tấm 40 x 27 cm
 - 1 tấm 27 x 27 cm
 - 1 tấm 50 x 27 cm
- 1 dây thừng bền chắc chắn dài 7 m, dày 7-8 mm
- 2 khoen để luồn dây thừng qua
- Các khe hở để giữ quần ngồi và cố định ngực

Cách làm

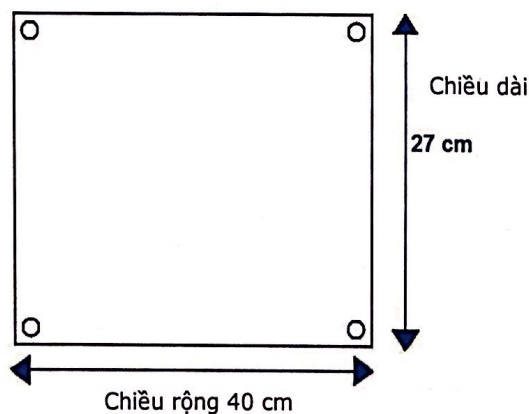
- Cưa các tấm dùng làm hông ghế và lưng ghế theo đúng kích thước. Xem bản vẽ bên dưới.
- Khoan 4 lỗ ở mặt ghế để có thể luồn dây thừng qua.
- Dùng đinh vít để gắn các mặt ghế, lưng ghế
- Luồn dây thừng qua để hoàn thành chiếc xích đu

Bản vẽ

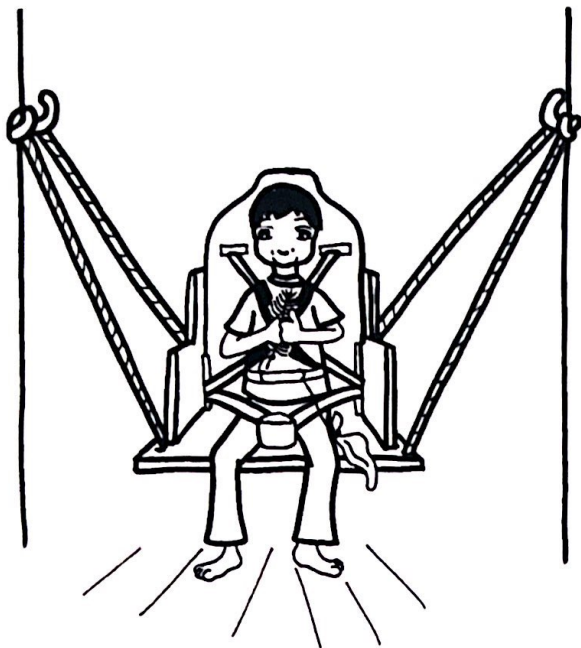


- ≡ = Khe hở rộng 8 cm, để giữ quần ngồi
- ≡ = Khe hở rộng 15 cm, để giữ quần ngồi hoặc cố định ngực
- = Khoen để luồn dây thừng

Mặt ghế



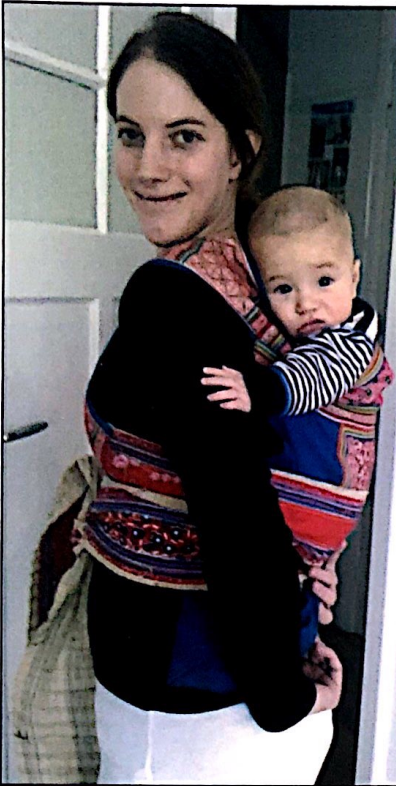
Kết quả cuối cùng



Những chiếc xe lăn này có thể được làm bằng gỗ và xe đạp cũ hoặc bánh xe kéo. Bạn có thể nhờ ai đó giúp bạn đóng một chiếc ghế như thế. Bạn có thể sử dụng ghế trong nhà hoặc ở ngoài để đẩy (Hoa) hoặc dành cho trẻ dùng tay và chân để di chuyển như Thông và Hiệp.

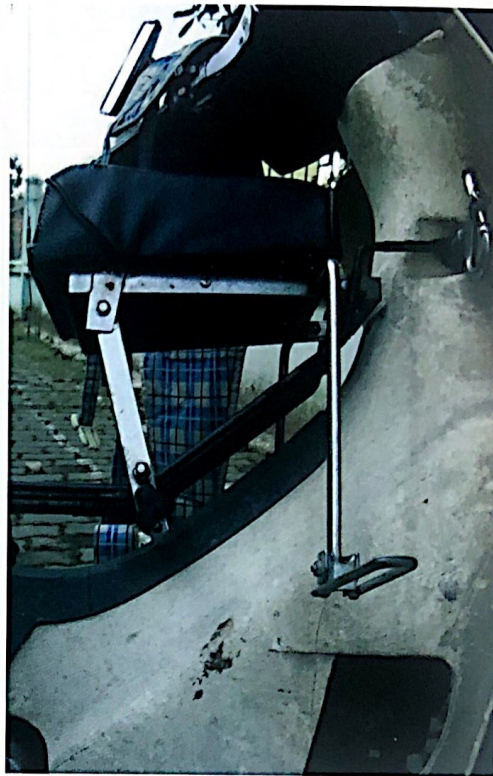


Địu là một chiếc khăn mềm mại quấn quanh người mang trẻ . Xem cách quấn và cột khăn dưới đây. Chúng tôi giới thiệu cho bạn 3 loại địu khác nhau.



Chở trẻ bằng xe máy/xe đạp
10. Cố định trên xe máy/xe đạp
Hoa, Thông, Hiệp

Nếu bạn đặt một chiếc ghế như thế này trên xe máy, hãy chắc chắn rằng nó được gắn chặt một cách an toàn, không bị rơi ra.



Hỗ trợ khi ngồi
11. Các loại ghế khác
Hoa, Thông, Hiệp

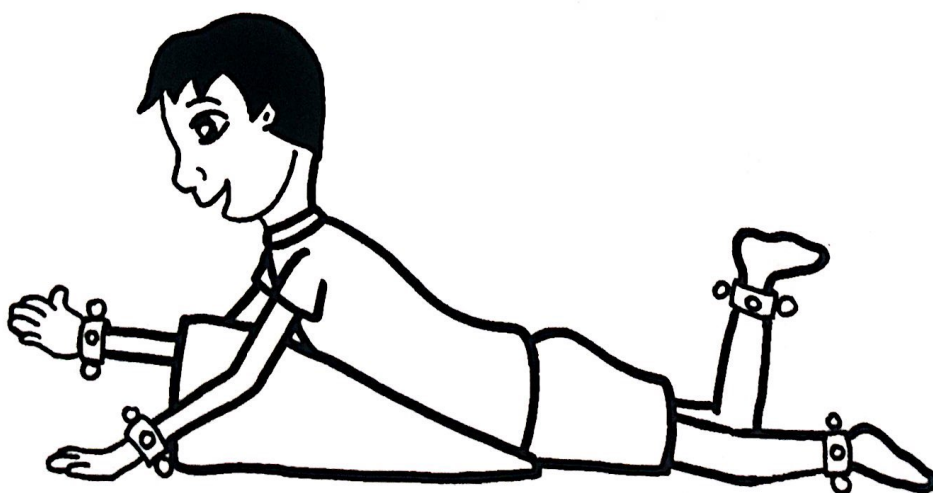


Nhìn nhiều hơn và sử dụng tay
tốt hơn khi nằm ngửa

12. Gối hình cái nêm

Hoa, Thông

May gối hình cái nêm bằng mút, bọc gối bằng vải có thể giặt được.



Hỗ trợ uống nước bằng cốc mà
không cần ngửa đầu ra sau
13. Cốc cắt một phần miệng
Hoa, Thông, Hiệp

Vật liệu cần dùng

- Cốc nhựa hoặc chai nhựa
- Dao hoặc kéo
- Dũa hoặc diêm để loại bỏ những viền sắc

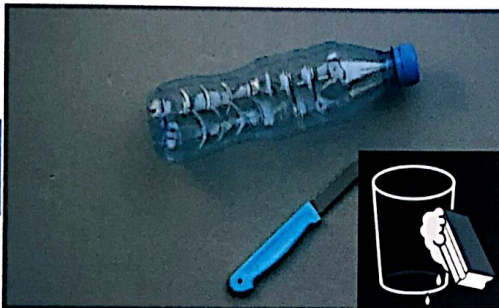
Cách làm

1. Rửa sạch chai
2. Cắt chai làm đôi, xem hình số 2
3. Cắt vát một phần, xem hình số 3
4. Dũa hoặc cắt bỏ những góc và viền sắc, hình 4
5. Rửa sạch lại một lần nữa để bỏ những mảnh nhỏ sót lại
6. Thử xem với sự giúp đỡ của bạn trẻ có dùng được chiếc cốc không, hình 6

Xem trang 326 trong quyển "Disable Village Children" của David Werner để biết thêm thông tin.
Xem trang 448 và 449 trong bản tiếng Việt của cuốn sách này.

Hình ảnh

1



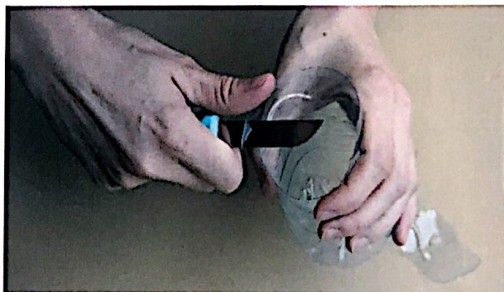
2



3



4



6



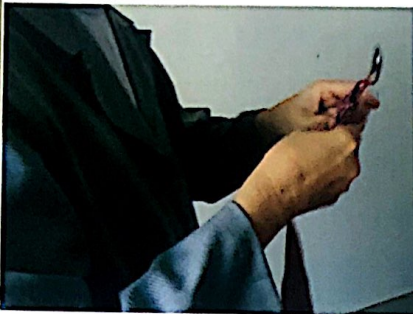
Cầm và giữ thìa
14. Thìa có thể điều chỉnh
Hoa, Thông, Hiệp

Vật liệu cần dùng

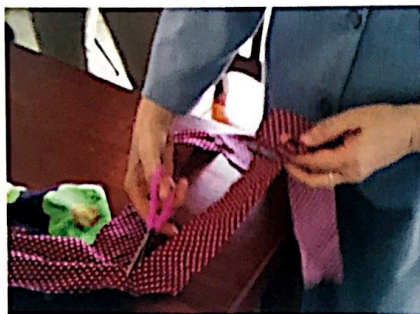
- Dải vải từ quần áo hoặc khăn
- Thìa

Cách làm

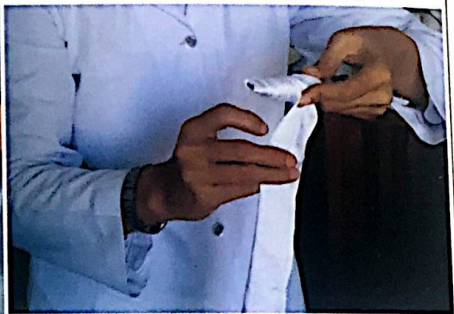
- Cuộn 3 dải vải vào dưới cổ thìa.
- Dùng 3 dải vải tết một đoạn > 20cm
- Cuốn đoạn tết vòng quanh tay nắm của thìa cho đến khi dày lên.
- Làm thêm một đoạn tết nếu bạn muốn tránh cho trẻ làm rơi thìa, ví dụ như hình bên dưới.
- Thử chiếc thìa với trẻ: nếu bạn giúp cầm chiếc thìa, trẻ có thể đưa thìa vào miệng không? Nếu cần thiết hãy giúp trẻ xúc đồ ăn.



Bước 1

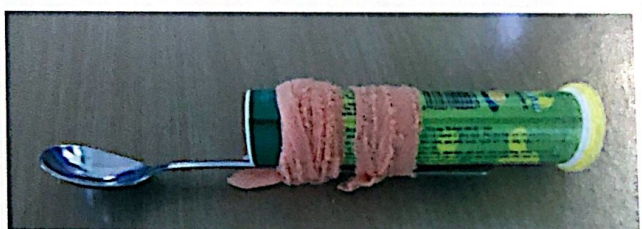


Bước 2



Bước 3

Ví dụ về cách sử dụng



Hỗ trợ khi nằm hoặc ngồi
15. Gói hỗ trợ
Hoa

Vật liệu cần dùng

- Tắt ngón
- Cát sạch
- Túi nilon
- Một đoạn dây

Cách làm

- Để túi nilon vào trong tắt, hãy chắc chắn rằng miệng túi nằm ở ngoài tắt
- Cho cát vào trong túi nilon, không nhiều quá (nếu không gói sẽ bị cứng) và không ít quá (nếu không gói sẽ không có tác dụng hỗ trợ)
- Để không khí ra khỏi túi rồi buộc lại bằng dây
- Để miệng túi nilon nằm trong chiếc tắt.
- Buộc tắt lại bằng dây
- Dùng những chiếc tắt này để hỗ trợ trẻ khi ngồi hoặc nằm.



Bước 1

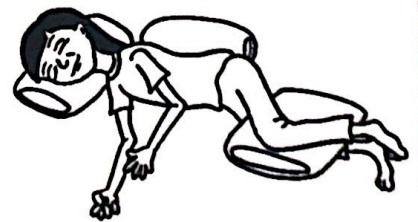


Bước 2



Bước 3

Ví dụ về cách sử dụng



16. Hãy tự mình làm

Để trẻ có thể sử dụng



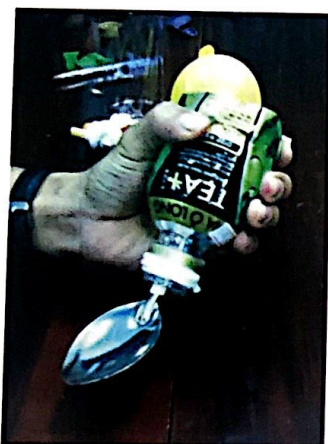
Dụng cụ: đũa, dây chun và giấy

Mục đích: mở sẵn đũa để trẻ có thể sử dụng dễ dàng hơn, không phải sử dụng lực nhiều



Dụng cụ: thìa được uốn cong và làm tay cầm dày

Mục đích: để cầm nắm thìa hơn khi trẻ tự ăn mà không làm rơi thìa



Dụng cụ: thìa với cán làm bằng vỏ chai nước.

Mục đích: làm tay cầm thật dày để dễ cầm nắm thìa



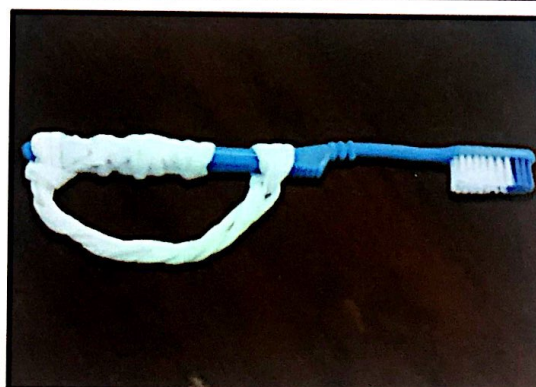
Dụng cụ: chai uống nước có tay cầm

Mục đích: cầm chai nước dễ dàng hơn khi uống và tránh đổ nước



Dụng cụ: cốc uống nước có tay cầm làm bằng sợi vải

Mục đích: dành cho trẻ không có khả năng cầm cốc thật chắc chắn

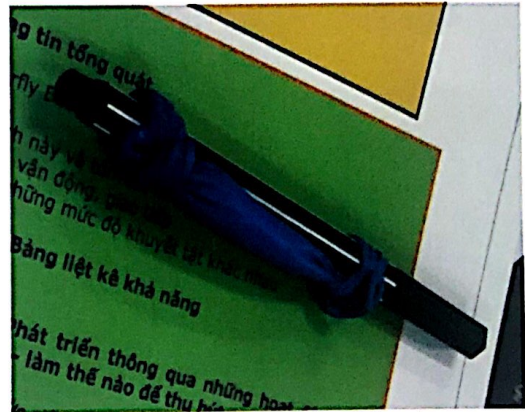


Dụng cụ: Bàn chải đánh răng có tay cầm làm bằng vải.

Mục đích: dành cho trẻ không có khả năng cầm bài chải đánh răng thật chắc chắn



Dụng cụ: bút viết có tay cầm bằng vải
Mục đích: để cho trẻ có thể cầm chặt bút khi vẽ



Dụng cụ: bút viết có tay cầm bằng bóng bay
Mục đích: để cho trẻ có thể cầm chặt bút khi vẽ



Dụng cụ: mở khóa kéo của áo bằng nhựa vỏ chai nước
Mục đích: để trẻ có thể dễ dàng hơn khi mở khóa kéo của áo



Mình họa mở khóa kéo
Với tay cầm này, trẻ có thể tự mình đóng hoặc mở khóa kéo của áo



Dụng cụ: kéo có gắn quả bóng cao su nhỏ ở giữa
Mục đích: để giúp trẻ có thể mở được kéo khi cắt



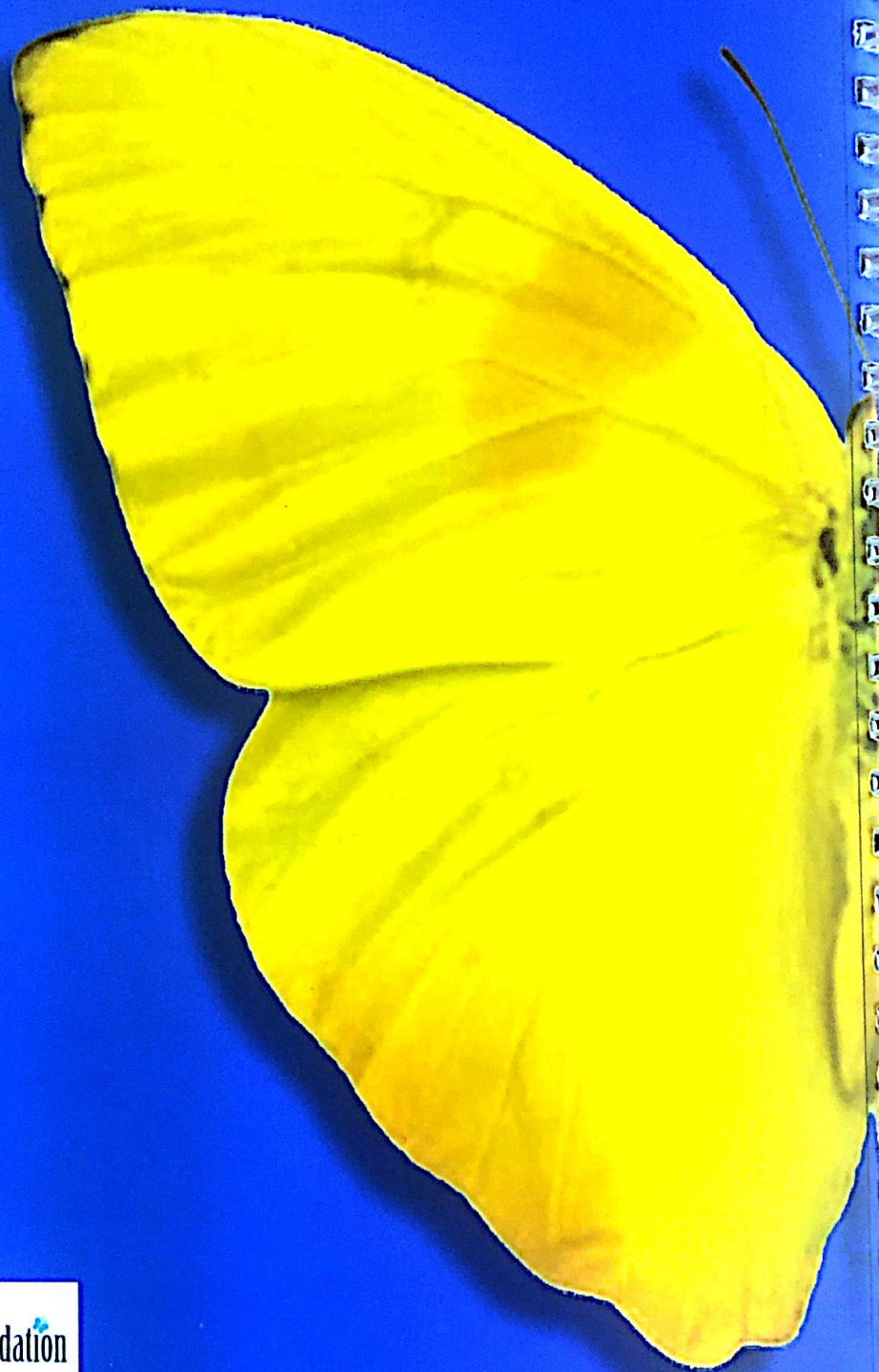
Mình họa cách dùng kéo
Quả bóng cao su tự phồng lên sẽ làm kéo mở ra

Thông tin liên hệ



Chắp cánh cho trẻ để các em vươn xa nhất

Mọi thông tin về lớp tập huấn và cuốn sách này, xin liên hệ Tổ chức The Butterfly Basket qua hòm thư điện tử: info@butterflybasketfoundation.com



Butterfly Basket Foundation

www.butterflybasketfoundation.com
info@butterflybasketfoundation.com

©2012-2018 Angelique Kester