

Một số biện pháp quản lý trẻ tăng động giảm chú ý ở trường mầm non

Nguyễn Thị Kỳ

Email: minhky.2105@gmail.com
Trưởng Sư phạm, Trường Đại học Vinh
182 Lê Duẩn, thành phố Vinh,
tỉnh Nghệ An, Việt Nam

TÓM TẮT: Nghiên cứu này đề cập đến các vấn đề sau: 1) Nhận diện những trẻ tăng động giảm chú ý và có vấn đề về hành vi trong trường mầm non thông qua bảng kiểm về các dấu hiệu trẻ có hành vi bất thường, từ đó có thể hỗ trợ và giúp trẻ được phát hiện, can thiệp sớm; 2) Một số biện pháp giúp giáo viên quản lý các hành vi của trẻ tăng động giảm chú ý trong trường mầm non thông qua các hoạt động hằng ngày của trẻ ở trường: Hoạt động học; hoạt động ăn, ngủ; hoạt động vui chơi. Những biện pháp này giúp giáo viên hạn chế được một số hành vi không bình thường ở trẻ tăng động giảm chú ý và đảm bảo các hoạt động trong ngày được thực hiện đúng kế hoạch đã xây dựng trước đó.

TỪ KHÓA: Quản lý hành vi, trẻ tăng động giảm chú ý, trẻ có vấn đề về hành vi.

→ Nhận bài 14/11/2023 → Nhận bài đã chỉnh sửa 28/11/2023 → Duyệt đăng 08/12/2023.

DOI: <https://doi.org/10.15625/2615-8957/12320423>

1. Đặt vấn đề

Trẻ tăng động giảm chú ý - Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder (ADHD), nhóm trẻ này bao gồm những trẻ có vấn đề hành vi do môi trường hoặc do yếu tố sinh học. Mặc dù các chuyên gia không chuẩn đoán ADHD trước 5 hoặc 6 tuổi nhưng trẻ có thể bộc lộ từ giai đoạn mầm non và chúng ta có thể thấy chúng có những đặc điểm của ADHD. Tất nhiên, nhiều trẻ 3 - 4 tuổi rất năng động và dễ xao nhãng nhưng mức độ của hành vi được biểu hiện và ảnh hưởng tới sự đạt được các kỹ năng để chúng ta phân biệt giữa mức độ hoạt động cao bình thường với rối loạn chức năng. Những trẻ này thường hoạt động liên tục và thường không thực hiện được các kỹ năng cơ bản tương xứng với sự phát triển. Giáo viên sẽ rất khó khăn khi quản lý những hành vi có vấn đề của trẻ để triển khai các hoạt động của trẻ ở trường mầm non. Chính vì vậy, trong bài viết này, chúng tôi tập trung vào hai vấn đề: Thứ nhất là, giúp giáo viên nhận diện những trẻ ADHD; Thứ hai là, đưa ra các hướng dẫn để giúp giáo viên mầm non quản lý các hành vi của trẻ ADHD thông qua các hoạt động của trẻ ở trường: Hoạt động học, hoạt động ăn, ngủ, hoạt động vui chơi.

2. Nội dung nghiên cứu

2.1. Khái niệm

Rối loạn tăng động giảm chú ý là một dạng rối loạn phát triển, được đặc trưng bởi tình trạng giảm tập trung chú ý, hoạt động không kiểm soát và tăng hoạt động, làm ảnh hưởng đến việc học tập, phát triển cảm xúc và kỹ năng xã hội của trẻ [1].

Rối loạn tăng động giảm chú ý là một rối loạn tâm

thần phổ biến ở trẻ em. Theo Thomas và cộng sự (2015), ước tính tỉ lệ mắc rối loạn này trên toàn thế giới ở trẻ từ 18 tuổi trở xuống là 7,2% [2]. Rối loạn đặc trưng bởi ba nhóm triệu chứng giảm chú ý và hoặc tăng động/xung động, khởi phát trước 12 tuổi, tồn tại ở ít nhất hai môi trường khác nhau (Ví dụ: gia đình, trường học, nơi làm việc, với bạn bè hoặc người thân, trong các hoạt động khác...). Hơn một nửa số trẻ mắc rối loạn tăng động giảm chú ý có các bệnh lý tâm thần khác đi kèm, các vấn đề hành vi, những khó khăn trong học tập, lo âu và trầm cảm. Nghiên cứu gần đây đã chỉ ra rằng, trẻ em mắc rối loạn tăng động giảm chú ý có nguy cơ gia tăng các rối loạn nhân cách phát triển sau này, tình trạng loạn thần và hành vi tội phạm.

2.2. Nhận diện trẻ bị tăng động giảm chú ý

Trẻ mắc bệnh rối loạn tăng động giảm chú ý có thể được sàng lọc và phát hiện sớm dựa trên kết hợp đánh giá giữa giáo viên và bố mẹ trẻ. Dựa vào những biểu hiện về hành vi của trẻ để hướng dẫn cha mẹ trẻ đưa trẻ đi chẩn đoán và sàng lọc sớm để được hỗ trợ và can thiệp sớm cho trẻ ADHD. Điều đó giúp giáo viên mầm non có các kỹ năng để quản lý những hành vi có vấn đề ở trẻ tăng động giảm chú ý ở trường mầm non tốt hơn, giúp trẻ có vấn đề về hành vi có thể hòa nhập được với các bạn ở trường mầm non.

Một số dấu hiệu của rối loạn tăng động giảm chú ý (ADHD) thường bộc lộ trước độ tuổi đến trường. Nhưng ở trường học, khi các em gặp khó khăn trong việc đáp ứng kì vọng mà người khác đặt lên mình, hầu hết chúng được gợi ý đi khám để xem xét khả năng trẻ bị ADHD. ADHD là một trong những rối loạn đầu

tiên người ta nghi ngờ khi hành vi của trẻ trong lớp học hay thành tích của trẻ ở trường có vấn đề. Một đứa trẻ không thể ngồi yên, tự thốt ra câu trả lời trong lớp mà không giơ tay phát biểu, không hoàn thành nhiệm vụ được giao, trong trạng thái mơ mộng khi giáo viên đang giảng bài... đều là những triệu chứng phổ biến của ADHD. Những hành vi trên là kết quả của các tác nhân khác như lo lắng, chấn thương hay thậm chí là bản tính trẻ con hơn hầu hết những đứa trẻ khác trong lớp. Vì thế, nhận biết được những triệu chứng của ADHD trong lớp học và những đặc điểm của ADHD để bị nhầm lẫn với những căn bệnh hay tác nhân khác có thể ảnh hưởng đến hành vi của trẻ là vô cùng quan trọng. Việc quan sát trẻ một cách cẩn thận là đặc biệt quan trọng khi trẻ còn quá nhỏ để trình bày được những cảm nhận thực sự của chúng. Việc giới thiệu những đứa trẻ đang gặp khó khăn tới các dịch vụ chẩn đoán và hỗ trợ thích hợp có thể giúp chúng thành công ở trường học cũng như ở những khía cạnh khác trong cuộc đời. Dưới đây là các biểu hiện ở trẻ không chú ý trong ADHD:

- Mắc lỗi bất cẩn trong bài tập trên trường, bỏ quên các chi tiết nhỏ.
- Dễ bị phân tâm và sao lãng.
- Gặp khó khăn khi làm theo hướng dẫn.
- Không lắng nghe trong các đối thoại trực tiếp.
- Gặp khó khăn khi sắp xếp bài tập và đồ dùng.
- Thường không hoàn thành được bài tập trên trường hoặc việc trực nhật trên lớp.
- Thường tránh né hoặc chống lại những công việc đòi hỏi nỗ lực tinh thần bền bỉ, bao gồm cả việc làm bài tập về nhà.
- Thường làm mất bài tập về nhà, sách vở, áo khoác, ba lô, dụng cụ thể thao...
- Các triệu chứng hiếu động hoặc bốc đồng trong ADHD.
- Thường quấy khóc.
- Khó ngồi yên tại chỗ.
- Chạy và leo lên những nơi không thích hợp.
- Gặp khó khăn trong việc giữ im lặng.
- Rất thiếu kiên nhẫn, không thể đợi đến lượt của mình.
- Luôn có vẻ là “đang di chuyển” hoặc như thể được “gắn một động cơ”.
- Nói quá nhiều.
- Nhanh nhẩu trả lời trước khi câu hỏi được nói ra hết.
- Làm gián đoạn hoặc chen vào các cuộc trò chuyện, hoạt động và động vào đồ dùng của người khác.

Bản thân người bị ảnh hưởng bởi ADHD và gia đình họ thường nhận định sai về các triệu chứng, nghĩ chúng là “một phần tính cách” hoặc “cách sống” của họ.

Trong những trường hợp này, phụ huynh thường không tìm kiếm sự chăm sóc y tế trừ khi hành vi đó liên quan đến suy giảm chức năng được người khác nhận thấy như học tập suy giảm. Trong trường hợp này, giáo viên là người đề nghị phụ huynh tìm cách trao đổi với phụ huynh để cho trẻ được tham khám và can thiệp sớm. Đối với giáo viên, có thể sử dụng bảng kiểm dưới đây để theo dõi và nhận diện trẻ bị ADHD.

Bảng kiểm ADHD

Họ tên trẻ: Ngày sinh.....

Chẩn đoán:

Đánh dấu x vào những biểu hiện dưới đây tương ứng với biểu hiện của trẻ.

TT	Những biểu hiện của trẻ	Kết quả
1	Không chú ý vào hoạt động nào quá vài phút	
2	Cơ thể luôn hoạt động không yên	
3	Hành động bốc đồng và không nghĩ đến hậu quả	
4	Dễ xao lãng bởi âm thanh	
5	Dễ xao lãng bởi kích thích thị giác	
6	Khó khăn khi làm theo những hướng dẫn đơn giản	
7	Thường xuyên đánh nhau với bạn	
8	Khó ngồi yên trong hoạt động học	
9	Thích tham gia vào những trò chơi bạo lực	
10	Đâm sầm vào tường, sàn nhà hoặc những đồ đạc mềm	
11	Dễ trở nên bực bội, cáu kỉnh với những nhiệm vụ mới	
12	Thể hiện sự chậm trễ trong những kĩ năng vận động tinh	
13	Thể hiện sự chậm trễ trong kĩ năng ngôn ngữ	
14	Thể hiện sự chậm trễ trong kĩ năng nhận thức	
15	Cần sự hỗ trợ các kĩ năng tự phục vụ	
16	Xâm phạm không gian riêng của bạn	

Đối với nhà giáo dục, bước đầu tiên trong việc dạy trẻ ADHD là hiểu rằng, những đứa trẻ này đang không hành động có chủ đích rằng, chúng không “hu” theo nghĩa thông thường. Elaine Taylor-Klaus, giám đốc

điều hành của nguồn đào tạo Impact ADHD cho biết: “Khi chúng ta chứng kiến một hành vi không thích hợp trong lớp học, chúng ta có xu hướng đánh giá đó là một hành vi nghịch ngợm của đứa trẻ: Đứa trẻ này sẽ không nghe lời mình, nó sẽ không làm bài tập của nó. Bạn cần phải xác định rằng, đây là hành vi thuộc về tính cách hay vấn đề tâm lý?”

ADHD được xác định bởi sự thiếu khả năng điều chỉnh chức năng kiểm soát. Điều đó có nghĩa là, những đứa trẻ này không hề hành động như vậy theo ý của chúng mà đúng hơn là các em bị mất kiểm soát theo đúng nghĩa đen. Các giáo viên cần hiểu được điều này trước khi bắt đầu lên các chiến lược giảng dạy. Taylor-Klaus nói: “Nếu chúng ta bắt đầu với giả định rằng những đứa trẻ ADHD sẽ không thể làm được hoặc chưa thể làm được thì cũng ta có thể nói: “OK, học sinh này có thể làm gì bây giờ nhỉ? Bạn nhận thức được rằng, điều đó rất khó khăn với các em, bạn đồng cảm với các em và rồi cuối cùng, tìm ra được điều mà những học sinh này có thể làm. Những đứa trẻ này cần một “chiến thắng”. Các em luôn cảm thấy bản thân không thể làm tốt bất cứ điều gì. Vì vậy, bạn cần phải đưa ra cho các em một thành công để các em ấy thấy rằng, mình có thể làm được và mọi chuyện đều là khả thi với các em”.

2.3. Một số biện pháp quản lý hành vi trẻ tăng động giảm chú ý thông qua các hoạt động ở trường mầm non

2.3.1. Hoạt động học

Trong hoạt động học, trẻ ADHD thường có các vấn đề về hành vi như: Trẻ không thể ngồi yên một chỗ, không chú ý thầy cô hướng dẫn thực hiện công việc hay học tập; Trẻ không thích tham gia trò chơi cần duy trì sự tập trung chú ý, dễ bị phân tâm bởi môi trường xung quanh, quên đi công việc đang làm; Trẻ có thể làm thất lạc đồ dùng học tập; Thường xuyên bòn chòn tay chân, bới rôi; Thường bỏ vị trí trong lớp học; Thường xuyên chạy hoặc leo trèo quá mức khi hoạt động, kể cả ở những nơi không cho phép; Gặp khó khăn khi phải giữ yên lặng; Thường xuyên di chuyển, hoạt động; Nói nhiều, hay buột miệng trả lời mà không chờ hết câu hỏi; Trẻ tăng động đôi khi khó chấp nhận sự va chạm với các trẻ khác. Chúng sẽ phản ứng khá mạnh như đánh lại, đá, cắn hoặc hét lên bởi vì chúng nghĩ rằng bạn cố ý gây sự hoặc muốn làm đau mình. Vì vậy, hãy để trẻ tăng động ngồi cạnh giáo viên. Trẻ sẽ cảm thấy an tâm khi ngồi cạnh người lớn tin cậy hơn ngồi cạnh các bạn. Dưới đây là một số biện pháp sử dụng để quản lý những hành vi không đúng của trẻ ADHD:

- Trẻ em nên biết điều gì sẽ xảy ra trước, điều gì xảy ra tiếp theo. Cùng cố thói quen trong ngày của trẻ bằng

cách nhắc nhở trẻ về lịch trình, đăng một câu chuyện hình ảnh về các sự kiện trong ngày và dành vài phút im lặng để định hướng cho trẻ về ngày học khi trẻ lần đầu đến trường. Có thể cho trẻ ngồi cạnh giáo viên, đặt tay lên vai hoặc khuỷu tay, lưng hoặc chân trẻ để giúp trẻ tập trung vào hoạt động.

- Cho trẻ cầm quả bóng hoặc thú nhồi bông. Hoạt động này sẽ giúp trẻ giải phóng năng lượng để trẻ ngồi yên trên ghế và tập trung trong suốt giờ hoạt động học.

- Cố gắng điều chỉnh kì vọng của giáo viên đối với trẻ. Nếu trẻ chỉ chú ý trong một phút thì giáo viên có thể hẹn giờ một phút để trẻ thành công trong nỗ lực đầu tiên. Dần dần, tăng dần thời gian nhưng cẩn thận không tăng quá nhanh.

- Trong bất cứ ngày nào, các yếu tố môi trường dưới sự kiểm soát của bạn có thể ảnh hưởng đến khả năng thực hiện của trẻ. Nếu bạn cảm thấy rằng, trẻ có vấn đề trong ngày hôm ấy thì hãy giảm sự mong đợi cho phù hợp với trẻ. Cho trẻ thời gian và không gian để trẻ bình tĩnh khi hướng dẫn trẻ các hoạt động phù hợp. Các hoạt động khiến trẻ bình tĩnh có thể là: ngồi xem sách ở góc thư viện, đắp một chăn mỏng ấm áp, ngồi trong ghế nhún, đeo tai nghe để nghe một bản nhạc yêu thích hoặc ngồi trong một các hộp lớn để chơi xếp hình. Cho trẻ thời gian để chạy nhảy trong phòng chơi hoặc nhảy trên bàn nhún trước khi vào hoạt động học.

- Xem xét hệ thống phần thưởng phù hợp với những hành vi tích cực của trẻ.

- Lãng lờ đi những hành vi tiêu cực của trẻ đang diễn ra, đồng thời khen ngợi những hành vi tích cực của trẻ khác. Đôi khi cách làm này có thể cải thiện được hành vi của tất cả trẻ trong hoạt động học.

- Có thể cho trẻ cầm đồ chơi nhỏ như trái bóng bằng cao su, con rắn bằng nhựa hoặc đồ chơi nhỏ nào đó mà trẻ có thể bóp, nhéo... trong thời gian này để giảm thiểu việc trẻ lấy đồ chơi của trẻ khác.

- Đầu giờ, giáo viên nhắc lại quy tắc hoạt động học. Hãy xây dựng một vài quy tắc đơn giản và nhắc lại thường xuyên. Quy tắc có thể đưa ra như một lời đề nghị tích cực cho hành vi của trẻ như: “Cô rất vui nếu các con giữ tay của mình trong giờ hoạt động”.

- Khen ngợi những hành vi mong muốn, khen ngợi với tất cả trẻ trong lớp, tuyệt đối không củng cố những hành vi không phù hợp. Bạn hãy dùng những lời khen ngợi như: “Các con đã rất chú ý lắng nghe” hoặc “Các con đã làm rất tốt trong giờ hoạt động học”...

- Một số trẻ có hành vi không phù hợp để được thoát ra khỏi hoạt động học, thậm chí muốn được tách ra khỏi hoạt động học. Cách giải quyết tốt nhất những tình huống như thế này là phải dự đoán được khi nào trẻ

không thể ngồi yên được trong giờ hoạt động học. Khi đó, bạn sẽ bảo trẻ làm một việc gì đó như dọn bàn để chuẩn bị bữa trưa hoặc xếp các rô đồ chơi lên giá trước khi trẻ có hành vi có vấn đề bắt đầu. Các hoạt động như thể chất, đặc biệt là công việc vật có thể giúp trẻ bình tĩnh hoặc giảm những vấn đề về hành vi.

- Cố gắng phối hợp cách thức mà bạn sử dụng để chuyển tiếp với cách thức mà cha mẹ đang sử dụng ở nhà. Nói chuyện với phụ huynh về những gì hiệu quả và những gì không để đưa ra một hệ thống được cả hai đồng ý.

- Hãy để trẻ ngồi và tập hợp lại khoảng 15 giây trước khi chuyển sang hoạt động tiếp theo.

- Luôn chuẩn bị sẵn sàng cho hoạt động tiếp theo để giảm thời gian chờ đợi. Chờ đợi một cách chán nản chính là thời điểm nhiều trẻ em trở nên bồn chồn và hung hăng.

- Trẻ nhỏ không dễ dàng hiểu được liệu một đứa trẻ khác có cố ý hay vô tình chạm hoặc va vào chúng hay không. Thông thường, phản ứng của trẻ là đánh trả nên cần đảm bảo trẻ có đủ không gian giữa các trẻ trong thời gian chuyển tiếp. Chuyển tiếp theo nhóm nhỏ, xếp trẻ thành hàng dọc theo các điểm đánh dấu trên sàn nhà.

- Bởi vì nhiều trẻ trong nhóm này gặp khó khăn với một hoạt động nào đó. Sử dụng đồng hồ tính giờ để cho các trẻ biết thời gian kết thúc hoạt động. Hẹn giờ trong khoảng thời gian hợp lý để trẻ có thể chơi thành công.

Các vật liệu cho hoạt động học: Biểu tượng, tranh ảnh, lịch trình hoạt động hằng ngày bằng hình ảnh, thẻ nhắc thay quần áo, thẻ hoạt động, cuộn băng dính, thú nhồi bông, đồ chơi linh hoạt, nam châm.

2.3.2. Hoạt động ăn, ngủ

a. Hoạt động ăn

Những hành vi có vấn đề thường thấy ở trẻ ADHD trong giờ ăn đó là chạy quanh lớp trước khi ăn, ăn thức ăn của bạn, khó dùng lời để thể hiện nhu cầu.

Trước bữa ăn, giáo viên có thể dùng thẻ để hướng dẫn những việc cần làm trước khi ăn, trong khi ăn và sau khi ăn để giúp trẻ biết được những việc trẻ cần phải làm. Giúp trẻ ngồi trong thời gian đủ lâu để ăn là việc cần thiết khi làm việc với trẻ ADHD: Hãy nói trước với trẻ về thời gian ngồi ăn, những việc trẻ không được làm, dần dần trẻ có thể kéo dài thời gian ngồi ăn mặc dù hệ thống thần kinh của trẻ khiến cho việc đó rất khó khăn. Một số trẻ hoàn toàn xao lãng và có thể cần môi trường yên tĩnh để tập trung vào việc ăn. Hãy tạo không gian yên tĩnh, không có yếu tố gây xao lãng chỉ với 2 - 3 trẻ. Giáo viên cần nhận thức rằng, một số trẻ ADHD có sự phòng vệ cảm giác với

mùi vị hoặc độ cứng của thức ăn. Hãy tư vấn cho phụ huynh tăng dần các loại thức ăn khác nhau cho trẻ ở nhà. Giáo viên không nên cố gắng lừa trẻ ăn thức ăn mới hay ép trẻ ăn. Khi đưa ra đồ ăn mới trong giờ ăn, giáo viên nên đưa ra một cách bình thường, sau đó dọn đi khi giờ ăn kết thúc.

b. Hoạt động ngủ

Rối loạn giấc ngủ là một rối loạn đồng mắc phổ biến nhất ở trẻ ADHD, chiếm 60% - 80% số trẻ mắc ADHD. Các vấn đề về giấc ngủ đã được báo cáo ở trẻ mắc ADHD khá đa dạng như chống đối trước khi đi ngủ, khó vào giấc ngủ, ngủ ngáy, rối loạn nhịp thở khi ngủ, hội chứng chân không yên, đái dầm, ngủ muộn, thời gian ngủ ngắn. Rối loạn giấc ngủ không chỉ làm trầm trọng thêm các triệu chứng trẻ mắc ADHD mà còn góp phần tăng mức độ căng thẳng của cha mẹ trẻ và giáo viên ở trường mầm non. Vì vậy, giáo viên cần phát hiện được những nhu cầu của trẻ ADHD để hỗ trợ trẻ trong việc tổ chức giấc ngủ cho trẻ ở trường mầm non. Đồng thời, trao đổi với phụ huynh để cùng thống nhất về quan điểm và đồng hành cùng trẻ.

Trẻ ADHD thường phát triển mạnh theo thói quen và cấu trúc. Một số trẻ có vấn đề đến từ môi trường gia đình hỗn loạn và vô tổ chức, nơi chúng sẽ không biết điều gì sẽ xảy ra từ phút này sang phút tiếp theo. Vì vậy, điều đặc biệt quan trọng là nhà trường hoặc cơ sở giữ trẻ phải cung cấp cho chúng một thói quen có thể đoán trước được. Mặc dù vào bất kì ngày nào trẻ có thể gặp khó khăn khi chuyển từ hoạt động cụ thể này sang hoạt động khác nhưng quá trình chuyển tiếp được thực hiện một cách trơn tru, nhất quán thực sự có thể giúp trẻ cảm thấy yên tâm.

2.3.3. Hoạt động chơi

a. Trò chơi xây dựng

Trẻ ADHD thường thấy chơi xây dựng là một hoạt động làm dịu. Việc sử dụng các cơ lớn để nâng vác các vật liệu nặng sẽ cung cấp cho trẻ phản hồi giác quan đến các cơ, gân, khớp giúp trẻ thư giãn và tập trung. Tuy nhiên, góc xây dựng cũng có thể trở thành nơi tranh giành vật liệu và không gian khi trẻ bốc đồng và dễ mất tập trung di chuyển về khu vực để lấy thêm khối, va chạm với trẻ khác hoặc các công trình xây dựng của các bạn khác. Những gợi ý dưới đây có thể giúp bạn thiết lập không gian xây dựng để giảm thiểu xung đột cho những đứa trẻ bốc đồng, mất tập trung, vô tổ chức hoặc có vấn đề về vị trí:

- Xác định không gian của trẻ trong góc xây dựng bằng cách cung cấp cho trẻ một không gian “đặc biệt”. Đây có thể là một tấm khăn trải giường cũ, một tấm rèm

phòng tắm hoặc một vật liệu thích hợp khác. Cắt hoặc gấp tấm khăn đó theo kích thước mong muốn và dán các góc xuống để không nhàu và xô, rời cho trẻ chơi trên đó.

- Đặt một tấm thảm trong góc xây dựng để giảm độ ồn của các khối va chạm vào nhau. Sử dụng các loại thảm chống trượt và bằng phẳng, chẳng hạn như các loại thảm trong nhà và ngoài trời. Chiều hoặc thảm cá nhân cũng là một lựa chọn tốt. Thảm phải đủ lớn để chứa được mô hình xây dựng của trẻ.

- Xây dựng một hoặc hai quy tắc nhất quán cho góc xây dựng, chẳng hạn: Chỉ dùng các khối và đồ chơi của mình, hỏi bạn khi muốn dùng đồ chơi của bạn. Thường xuyên lặp lại các quy tắc cho những đứa trẻ đang chơi trong góc xây dựng.

- Khi các trẻ biết chơi một cách thích hợp, hãy nói cho chúng biết chúng cần phải phản hồi bằng lời nói thường xuyên để tìm loại trò chơi nào thích hợp.

- Cung cấp các đạo cụ chơi theo trí tưởng tượng để giúp trẻ chơi lâu hơn. Hãy để trẻ thu thập các đạo cụ trước khi bắt đầu chơi khối bằng cách cho trẻ lựa chọn. Để trẻ lựa chọn để bớt tranh giành nhau.

- Một đứa trẻ có hành vi bốc đồng và vô tổ chức có thể gặp khó khăn trong việc xếp các khối một cách chính xác, dẫn đến công trình lung lay, không an toàn và liên tục rơi xuống. Đối với một đứa trẻ vốn tự ti về bản thân hoặc đánh giá thấp về bản thân, chỉ thử một lần không thành công có thể khiến trẻ tức giận có thể ném hoặc đá các khối đi. Để ngăn chặn loại hành vi này, bạn cần can thiệp trước khi trẻ chơi ở góc xây dựng. Giải thích cho trẻ hiểu rằng, các khối đôi khi rất khó để ở đúng vị trí mà chúng ta đặt chúng. Sau đó, nhắc trẻ đến và nhờ bạn giúp đỡ ngay khi trẻ cần hỗ trợ. Bạn có thể nhắc lại điều này khi trẻ đang chơi.

- Các cấu trúc khối gỗ không bao giờ được xây cao hơn đầu trẻ để chúng không làm ai bị thương nặng khi bị đổ xuống.

- Nếu trẻ đang tham gia vào một hoạt động cụ thể và gặp khó khăn trong việc kết thúc hoạt động để chuyển sang hoạt động tiếp theo, hãy để trẻ lấy một món đồ từ hoạt động trước đó để trấn an trẻ rằng, có thể quay lại khu vực đó sau.

- Trước thời hạn khoảng 10 phút, hãy nhắc nhở trẻ rằng, hoạt động sắp kết thúc và lặp lại lời nhắc nhiều lần trong suốt 10 phút.

Vật liệu cho góc xây dựng: Các khối nhỏ, các khối nhựa, khối các tông, bộ đồ chơi xây dựng mua sẵn, các khối bằng gỗ lớn, cái rổ, thảm trong nhà và ngoài trời, biển báo, bút đánh dấu.

b. Trò chơi vận động

Một đứa trẻ thể hiện sự yếu kém trong khả năng duy trì sự tập trung trong công việc, có tính cách bốc đồng và khả năng chịu đựng sự thất vọng ở mức độ thấp có thể sẽ không đạt được sự thành công khi tham gia góc vận động - nơi có rất nhiều góc vận động tại chỗ. Với một loạt các thao tác, hoạt động thực hiện tại bàn học, nơi này có thể kích thích thị giác của trẻ quá mức và có thể làm cho trẻ cảm thấy hỗn loạn và bị kích động. Một số gợi ý liệt kê dưới đây giúp giáo viên tạo ra một môi trường giúp trẻ hoạt động tốt hơn ở góc vận động:

- Đặt toàn bộ học liệu cho hoạt động vận động tinh trên một cái khay hoặc trong các loại hộp khác nhau để thu hút sự tập trung chú ý của các trẻ vào hoạt động đó. Việc xác định khu vực vui chơi cho trẻ theo cách này tạo sự ổn định về không gian bên ngoài cho những trẻ gặp khó khăn với việc sự điều khiển chú ý.

- Đối với một số trẻ bốc đồng, các nhiệm vụ vận động tinh đòi hỏi sự chính xác sẽ khiến trẻ nản lòng. Giáo viên có thể cung cấp cho trẻ các vận động tinh tự do hơn như đẩy hoặc cắm những cái chốt vào đất nặn, thả các vật nhỏ vào thùng chứa thông qua các lỗ hoặc khe, hoặc chơi xây dựng bằng bộ đồ chơi lắp ráp.

- Các vận động tinh cần tương đương với khả năng của trẻ thì mới có thể thành công trong việc can thiệp cho trẻ. Trò chơi xếp hình là một ví dụ điển hình về một hoạt động có thể phù hợp với từng trình độ của trẻ. Hãy để trẻ chọn ra một mảnh ghép trong 2 hoặc 3 mảnh ghép mà bạn đã xác định là phù hợp.

- Cho trẻ ADHD đứng vào bàn vận động nhỏ hoặc quỳ trên ghế. Những tư thế này đôi khi dễ duy trì hơn so với ngồi trên ghế. Tuy nhiên, nếu trẻ thích ngồi, hãy đảm bảo rằng, ghế có độ cao thích hợp và chân của trẻ đặt trên mặt sàn lớp học.

- Ngồi, quỳ và đứng không phải là những tư thế duy nhất hữu ích đối với trẻ ADHD. Nằm trên sàn trong khi thực hiện vận động tinh cũng là một lựa chọn tốt. Ở vị trí này, cơ thể trẻ cọ vào mặt cứng của sàn, tạo ra một áp lực sâu giúp trấn tĩnh, xoa dịu trẻ hiếu động hoặc trẻ đang bị kích động.

- Cung cấp cho trẻ các lựa chọn để giảm tỉ lệ trẻ thể hiện hành vi không tuân thủ. Hãy đưa ra những lựa chọn mà những lựa chọn đó có thể được nhận với bạn nhưng lại cho trẻ cảm giác rằng trẻ đang nắm quyền kiểm soát. Ví dụ về các lựa chọn bao gồm: “Con muốn chơi đồ chơi lego hay đồ chơi lắp ráp? Hay “Con muốn đặt các chốt này vào thùng màu xanh hay thùng màu đỏ?”

- Không đặt quá nhiều học liệu trên bàn cùng một lúc. Chọn một hoặc hai hoạt động vận động tinh nhất định làm hoạt động chủ đạo. Đặt học liệu vào các hộp đựng

riêng biệt và xác định khoảng không gian học tập khác nhau cho trẻ.

- Đặt bàn học vận động tinh vào một bức tường, bàn học này được dọn sạch sẽ những thứ lộn xộn không đáng có để trẻ có thể học tập mà không bị sao nhãng.

- Cung cấp cho trẻ những phản hồi tích cực thường xuyên về việc trẻ đã thể hiện tốt như thế nào trong giờ vận động.

- Vận động thô giúp trẻ ADHD có thể bình tĩnh lại. Nhưng đôi khi những hoạt động vận động có thể khiến trẻ trở nên quá khích và vô tổ chức. Các hoạt động vận động thô cần được cấu trúc với các quy tắc và những kì vọng rõ ràng. Quan sát xem trẻ có bị kích thích quá mức hay không và chuyển hướng trẻ đến một hoạt động mà trẻ có thể bình tĩnh và tập trung lại.

- Trong quá trình chơi với các học cụ và với những trẻ khác, xung đột có thể phát sinh liên quan đến việc chia sẻ đồ chơi và tuân theo các quy tắc. Giáo viên cần chắc chắn tất cả trẻ đều hiểu rõ quy tắc về hành vi và hậu quả của việc vi phạm các quy tắc.

- Dạy trẻ cách cư xử trong các hoạt động vận động thô. Trẻ cần được dạy rằng, không được xô đẩy trong khi vận động. Giáo viên sử dụng giọng nói vừa phải với môi trường trong lớp học và đôi khi phải dùng chung đồ chơi và học cụ với các bạn khác. Cần hướng dẫn những kĩ năng cư xử này thường xuyên cho đến khi đứa trẻ đã thành thạo và có thể ghi nhớ chúng ngay cả lúc vui chơi.

- Đôi khi trẻ trở nên quá khích trong những không gian rộng lớn như phòng tập thể dục và cảm thấy thoải mái hơn với những hoạt động vận động thô được tổ chức trong hoạt động lớp học. Chú ý tới trẻ và khen ngợi khi trẻ tuân thủ các quy tắc trong thời gian hoạt động vận động thô trong lớp học. Một số trẻ ADHD rất nhạy cảm với việc bị chạm vào và có thể coi một cái va chạm vô tình từ một đứa trẻ khác là một cú đánh. Giáo viên giải thích cho trẻ ADHD rằng, những cái chạm đó không có hại gì, đồng thời nói với những đứa trẻ đã va phải trẻ ADHD rằng, trẻ ADHD kia cảm thấy bị làm phiền khi bị chạm vào. Trong các hoạt động vận động cần đảm bảo trẻ có đủ không gian để chơi. Sử dụng một vòng lắc eo hay một tấm thảm vuông làm xác định không gian cá nhân của trẻ trong các hoạt động vận động.

- Mặc một chiếc áo khoác có trọng lượng lớn có thể giúp trẻ bình tĩnh hơn.

- Hãy lập kế hoạch tổ chức các hoạt động vận động để giảm thiểu những khoảng không gian trống khiến trẻ phải chờ đợi lâu.

- Thời gian diễn ra các hoạt động cần ngắn gọn. Một

đứa trẻ có thể gắn bó với hoạt động cùng quả bóng trong cùng một thời gian và sau đó chúng cần chuyển sang một loại hoạt động khác.

- Nếu bạn không cho trẻ lựa chọn, hãy đưa ra định hướng rõ ràng thay vì đặt câu hỏi. Ví dụ: Yêu cầu trẻ “Hãy đi trên cầu thăng bằng” thay vì đặt ra câu hỏi: “Con có muốn đi bộ trên cầu thăng bằng không?”

c. Chơi ngoài trời

Trẻ ADHD thường thích chạy nhảy và chơi đùa bên ngoài. Nhưng điều đáng lo ngại là với mức độ hoạt động quá mức và tính bốc đồng của trẻ, trẻ có thể tự gây nguy hiểm cho bản thân hoặc những trẻ khác nếu không được giám sát chặt chẽ và hướng dẫn chắc chắn. Trẻ ADHD cần giám sát 1 - 1 khi ở trên sân chơi vào khoảng thời gian ban đầu khi chúng tham gia hoạt động ngoài trời và phát triển được một số thói quen mang tính xây dựng.

Các hoạt động ngoài trời làm cho trẻ bình tĩnh khi bước chân vào sân chơi và trước khi kết thúc khoảng thời gian chơi trong sân để quay lại lớp học. Ví dụ, có thể cho trẻ đu qua đu lại từ từ trong thời gian khi trẻ mới bắt đầu và ngay trước khi buổi học ngoài trời kết thúc. Giáo viên nên thường xuyên lặp lại các quy tắc trên sân chơi và chú ý khi nào trẻ tuân thủ theo quy tắc để bạn có thể kịp thời khen ngợi trẻ. Trong quá trình chơi, giáo viên hướng dẫn trẻ những trò chơi đơn giản như trốn tìm hay giao cho trẻ những việc cần làm trong sân chơi. Trẻ sẽ chơi có tính xây dựng hơn khi chúng biết mình nên làm gì với các bạn khác.

3. Kết luận

Rối loạn tăng động giảm chú ý (ADHD) có tỉ lệ khá lớn, chiếm khoảng 3% -5% trẻ trong độ tuổi học đường (American Psychiatric Association, 2013). Một số nghiên cứu đã khẳng định lợi thế của giáo dục hòa nhập đối với trẻ rối loạn tăng động giảm chú ý. Hoàng Thị Hạnh và Trần Văn Công (2018) khẳng định, giáo dục hòa nhập giúp trẻ rối loạn ADHD có nhiều cơ hội hơn để đạt được các tiêu chuẩn cao hơn và trở thành người học độc lập [3]. Trẻ ADHD có thể có những biểu hiện sớm ở giai đoạn trẻ mầm non. Vì vậy, nếu trẻ ADHD được phát hiện sớm và được sự hỗ trợ từ phía giáo viên thì trẻ sẽ hạn chế được những hành vi không kiểm soát được ở trẻ. Trong nội dung bài viết này, chúng tôi chỉ mới cung cấp những kiến thức về các dấu hiệu để giúp giáo viên mầm non nhận biết được những hành vi bất thường ở trẻ ADHD để từ đó nhận diện được trẻ ADHD. Từ những nhận diện đó để phối hợp cùng phụ huynh đưa trẻ đi chẩn đoán sớm để được can thiệp. Đồng thời, giúp giáo viên mầm non sử dụng một số biện pháp để quản lí được một số hành vi không mong

muốn ở trẻ ADHD ở trường mầm non. Bên cạnh đó, để kết quả giáo dục hành vi cho trẻ rối loạn ADHD học hòa nhập ở trường mầm non đạt hiệu quả cao, cần có sự phối hợp tốt với gia đình trẻ, thực hiện các biện pháp can thiệp cá nhân nhằm hỗ trợ thêm cho trẻ. Đồng thời,

có thêm các kết quả nghiên cứu thực nghiệm trên trẻ ADHD ở lứa tuổi mầm non để có những số liệu chính xác hơn về các giải pháp quản lý hành vi không mong muốn ở trẻ ADHD.

Tài liệu tham khảo

- [1] American Psychiatric Association, (2013), *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*, Fifth Edition (DSM-V), 14-16.
- [2] Thomas R, Sanders S, Doust J, Beller E, Glasziou P, (2015), *Prevalence of attentiondeficit/hyperactivity disorder: a systematic review and meta-analysis*, *Pediatrics*, 135(4):e994- 1001, doi:10.1542/peds.2014-3482.
- [3] Hoàng Thị Hạnh - Trần Văn Công, (2018), *Giáo dục hòa nhập cho trẻ rối loạn tăng động giảm chú ý*, NXB Giáo dục Việt Nam.
- [4] Trần Thị Minh Thành, (2022), *Hướng dẫn hòa nhập trẻ khuyết tật trong lớp mầm non*, NXB Giáo dục Việt Nam.
- [5] Đào Thị Thùy Trang - Nguyễn Thị Phương Mai - Nguyễn Thị Thanh Mai, (2023), *Đặc điểm giấc ngủ ở trẻ mắc rối loạn tăng động giảm chú ý tại Bệnh viện Nhi Trung ương*, *Tạp chí Y học Việt Nam* 528.2.
-

MANAGING HYPERACTIVE BEHAVIOR IN PRESCHOOL CHILDREN: IMPLEMENTING EFFECTIVE MEASURES

Nguyen Thi Ky

Email: minhky.2105@gmail.com
 Vinh University
 182 Le Duan street, Vinh city,
 Nghe An province, Vietnam

ABSTRACT: *This study addresses two key issues: (1) Identification of children with attention-deficit hyperactivity disorder (ADHD) and behavior problems in kindergarten using a checklist of signs indicating abnormal behavior, with the goal of supporting early detection and intervention; (2) Implementation of measures to assist teachers in managing the behavior of children with ADHD in kindergarten during daily activities, encompassing learning activities, eating and sleeping routines, and playtime. These measures are designed to help teachers minimize abnormal behaviors in children with ADHD, ensuring that daily activities adhere to the pre-established plan.*

KEYWORDS: Behavioral management, attention deficit hyperactivity disorder, children with behavioral problems.