

# VAI TRÒ CỦA TRỊ LIỆU ÂM NHẠC ĐỐI VỚI TRẺ TỰ KỈ

NGUYỄN THỊ HẠNH\*

Ngày nhận bài: 04/08/2016; ngày sửa chữa: 07/08/2016; ngày duyệt đăng: 05/08/2016.

**Abstract:** Music therapy, one of the intervention therapy methods for autistic children, is quite new in Vietnam and has been gradually introduced so that parents and experts can approach and apply to autistic children. However, many parents and experts still worry about application in the context of various intervention and therapy methods for autistic children. The article mentions role of music therapy for autistic children based on some researches of foreign and local experts to provide further perception of this therapy for parents to apply.

**Keywords:** Music therapy, autistic children.

**T**rẻ tự kỉ (TTK) đang là một vấn đề rất đáng quan tâm ở các quốc gia, trong đó có Việt Nam. Hiện nay, ở Việt Nam, việc phát hiện, chẩn đoán, đánh giá, can thiệp, trị liệu và giáo dục hòa nhập cho TTK vẫn là vấn đề luôn dành được sự quan tâm của xã hội. Tuy nhiên, các nhà chuyên môn cũng như phụ huynh học sinh đang trên đường tìm kiếm, tiếp cận và áp dụng các phương pháp can thiệp, trị liệu và giáo dục cho đối tượng này. Trị liệu âm nhạc (ÂN) có vai trò như thế nào đối với TTK? Với trẻ có nhu cầu đặc biệt nói chung, TTK nói riêng, ÂN giúp trẻ giảm lo lắng, bất an, lấy lại sự bình tĩnh, thư giãn, tăng khả năng tập trung chú ý, đồng thời cũng giúp trẻ phát triển khả năng giao tiếp và kĩ năng xã hội. Bài viết bàn về vai trò của trị liệu ÂN cho TTK.

## 1. Vai trò của ÂN đối với con người nói chung, trẻ mầm non nói riêng

ÂN là món ăn tinh thần, là nhu cầu cuộc sống đối với đời sống con người cũng như là ngôn ngữ chung của nhân loại. Đặc biệt, đối với trẻ mầm non, những nốt nhạc trầm bổng, giai điệu vui tươi, êm ái, nhẹ nhàng trong các tác phẩm ÂN như dòng sữa ngọt ngào nuôi dưỡng tâm hồn trẻ thơ, qua đó giúp trẻ phát triển toàn diện nhân cách của mình.

ÂN là nghệ thuật mà con người sử dụng âm thanh kết hợp với không gian và thời gian. Đây là loại hình nghệ thuật đến sớm nhất đối với loài người vì ngay từ khi còn trong bụng mẹ, thai nhi đã phản xạ với các âm thanh khác nhau. Theo nghiên cứu của các nhà khoa học, trẻ được nghe những bản nhạc không lời du dương, tươi sáng và yên bình từ khi còn trong bào thai sẽ kích thích sóng điện não giúp não phát triển và trẻ sẽ có tiền đề phát triển ổn định tốt sau này.

Trong quá trình hình thành và phát triển nhân cách của con người ngay từ độ tuổi mầm non đến lúc trưởng thành, nếu những kí ức ÂN như những bản nhạc hay, những bài hát, giai điệu mà trẻ thích được

lặp đi lặp lại sẽ là những dấu ấn lưu giữ khó phai mờ theo thời gian, đồng hành cùng con người có khi đến suốt đời. Còn đối với trẻ mầm non, ÂN giúp trẻ phát triển toàn diện nhất. Thông qua ÂN, trẻ sẽ linh hoạt hơn, mạnh dạn hơn, thông minh hơn sáng tạo các động tác minh họa kết hợp, khi vận động theo nhạc sẽ thúc đẩy sự vận động cơ thể, sự nhanh nhẹn khéo léo, bền bỉ và dẻo dai qua các động tác, hơi của trẻ sẽ dài hơn, khỏe hơn. Bởi vậy, ÂN có vai trò to lớn đối với con người nói chung, đối với trẻ em nói riêng. Tuổi thơ của trẻ em bây giờ không thể thiếu trò chơi, không thể thiếu truyện tranh hay truyện cổ tích nhưng đồng thời cũng không thể thiếu ÂN. ÂN và vận động là hoạt động gần gũi, quen thuộc hàng ngày của trẻ mầm non, là hoạt động mà các trẻ đều yêu thích giúp trẻ thư giãn, giúp trẻ vui tươi, giúp trẻ đồng cảm và ÂN cũng là nguồn cảm hứng mạnh mẽ giúp trẻ phát triển trí tuệ cảm xúc.

## 2. Vai trò của trị liệu ÂN với TTK

Với TTK, các em cũng có những nhu cầu và năng lực riêng của mình. Hiện nay, trên thế giới có rất nhiều phương pháp can thiệp và trị liệu cho TTK như RDI, PECS, ABA, Floortime, TEACCH,... và trị liệu ÂN cũng là một trong những phương pháp mang lại hiệu quả nhất định. Cũng giống như các phương pháp trị liệu hiện nay, trị liệu ÂN không thể giúp trẻ hết chứng tự kỉ, nhưng nó giúp trẻ giảm thiểu các hành vi bất thường, phát triển kĩ năng xã hội.

Năm 1973, Hiệp hội trị liệu ÂN cho TTK ở Mỹ đã được thành lập mang tên là American Music Therapy Association (AMTA). Mục đích là nhằm hỗ trợ cho việc sử dụng ÂN để trị liệu cho TTK trong môi trường bệnh viện, trường học và cộng đồng. Hiện nay, AMTA đào tạo các chuyên gia trị

\* Trưởng Cao đẳng Sư phạm Trung ương

(Tháng 9/2016)

**Tạp chí Giáo dục SỐ ĐẶC BIỆT 53**

liệu AN tại các trường cao đẳng và đại học, các trang web đào tạo lâm sàng và cấp giấy chứng nhận chuyên nghiệp cho nhà trị liệu AN.

Mục tiêu mà trị liệu AN hướng tới là làm giảm bớt các hành vi bất thường, phát triển các kĩ năng giao tiếp và kĩ năng xã hội thông qua AN... Khi giáo viên (GV) lựa chọn và sử dụng AN trị liệu phù hợp với TTK chắc chắn sẽ mang lại những hiệu quả cao. Một nghiên cứu năm 2004 của Tạp chí AN trị liệu phát hiện ra rằng, nếu sử dụng AN để can thiệp/trị liệu cho trẻ và thanh thiếu niên tự kỉ có thể nâng cao hành vi xã hội, tăng sự tập trung, chú ý, tăng sự cố gắng nỗ lực để giao tiếp với người khác (phát âm, cử chỉ, hành động và từ vựng), giảm lo âu, và giúp trẻ nhận thức rõ hơn về cơ thể và sự phối hợp vận động.

Nhiều nghiên cứu đã phát hiện thêm rằng trẻ em và người lớn bị tự kỉ đáp ứng tốt với AN. Thông thường, trẻ và người tự kỉ phản ứng tích cực với AN, trong khi rất ít người có thể thu hút được sự chú ý của họ. AN lôi cuốn TTK, đưa trẻ đến thế giới xúc cảm, tình cảm mà những điều này đang gây khó khăn cho TTK. Thế giới xúc cảm, tình cảm được cho là thế giới rất riêng của TTK nhưng AN lại có thể thâm nhập vào thế giới đó, có thể đi xuyên vào cõi tiềm thức, vô thức mà TTK không hề biết. AN có sức cuốn hút, thâm nhập vào nội tâm của chính TTK. TTK gặp rất nhiều khó khăn trong việc hiểu nghĩa bóng, nghĩa ẩn dụ. TTK nghe nhạc, thường thức AN theo nghĩa đen mà không cần theo dõi diễn biến trừu tượng của bản nhạc. Nếu TTK được thưởng thức và tham gia các hoạt động AN phù hợp sẽ mang lại cho trẻ những cảm xúc nhất định. Mặt khác, nếu GV hiểu rõ đặc điểm tâm, sinh lí lứa tuổi của từng TTK, có thể thiết kế các hoạt động có mục đích rõ ràng phù hợp với đặc điểm của từng trẻ sẽ giúp trẻ rất nhiều.

**2.1. AN giúp TTK nâng cao khả năng giao tiếp và phát triển kĩ năng xã hội.** Theo nghiên cứu của Kim, Wigram & Gold năm 2009: TTK sẽ biểu hiện nhiều cảm xúc và sự tham gia vào các hoạt động chơi tương tác xã hội trong các buổi trị liệu AN hơn so với các buổi chơi không sử dụng AN để trị liệu tại các cơ sở giáo dục. Những TTK này cũng đáp ứng các yêu cầu của bác sĩ chuyên khoa thường xuyên hơn trong việc sử dụng AN để trị liệu cho trẻ hơn trong buổi chơi mà không có AN tại các bệnh viện. Ngoài ra, một bác sĩ chuyên khoa có kinh nghiệm và tay nghề cao có thể sử dụng AN để tăng cường tương tác xã hội và nâng cao các kĩ năng xã hội cho TTK.

Để giúp TTK nâng cao khả năng giao tiếp xã hội, trong các buổi trị liệu AN, GV cho TTK đi qua, chia sẻ các dụng cụ AN và cơ thể có những chuyển động lắc lư theo nhạc; để trẻ tập trung xung quanh một dụng cụ AN và lắng nghe hoặc ê a, hát theo những lời bài hát đơn giản, lời chào cũng có thể làm tăng sự tương tác ở TTK.

AN vui tươi, âm sắc hòa quyện giữa tự nhiên và con người sẽ giúp trẻ tự giải tỏa những lo lắng, bất an, làm trẻ quên đi những đau đớn do những tổn thương về thực thể nếu có.

Theo Winnicott, trị liệu AN cũng như các phương pháp trị liệu nghệ thuật khác, có thể dẫn dắt trẻ khuyết tật nói chung, TTK nói riêng tham gia tích cực và sáng tạo vào các mối quan hệ xã hội. Cách thức này cần ít thời gian hơn so với các cách thức trị liệu bằng lời nói cổ điển. Như vậy, có thể thấy được AN là một công cụ trị liệu tiềm năng cho TTK và AN chính là phương tiện hữu ích nhất để TTK khởi xướng, thiết lập và duy trì các tương tác xã hội.

**2.2. AN giúp TTK giảm thiểu hành vi bất thường và tăng hành vi mong muốn.** Trong một nghiên cứu năm 2012 trên 41 trẻ em bị tự kỉ trong một thời gian mười tháng, See thấy rằng các buổi trị liệu AN hàng tuần dường như để cải thiện hành vi tổng thể, với sự cải thiện nhất được thấy trong các hành vi thiếu/giảm sự chú ý. TTK trong nghiên cứu này có 60 phút/một lần trong một tuần được trị liệu AN. Nhà nghiên cứu sẽ theo dõi hành vi của các trẻ này (như các hành vi bồn chồn, tự lạm dụng bản thân, hung tính đối với người/con vật khác, nhại lời/nói những từ/câu vô nghĩa). Hơn một nửa nhóm trẻ tham gia trong nghiên cứu này được cải thiện từ một đến hai điểm theo thang điểm đánh giá sau mỗi buổi trị liệu AN.

**2.3. AN có thể làm giảm sự lo lắng, bất an và giúp TTK bình tâm trở lại.** TTK hay biểu hiện sự lo lắng bất an hơn so với trẻ bình thường trong các môi trường mới lạ do các em khó loại bỏ các yếu tố gây phân tán sự tập trung chú ý. Một nghiên cứu trong bốn tuần, được thực hiện tại Đại học Wisconsin La Crosse năm 2006, đã có những thành công trong việc làm giảm lo lắng và giúp trẻ bình tâm trở lại khi có những căng thẳng ở những trẻ/người mắc chứng tự kỉ thông qua liệu pháp AN. Sau 16 buổi trị liệu, mỗi buổi có 20 phút cho TTK lắng nghe nhịp điệu/giai điệu AN, kết quả thu được các hành vi lo lắng, bất an đều đã giảm đều một cách đáng kể. Cho TTK được nghe những bản nhạc cổ điển hay nhạc với một nhịp điệu đều đặn được cho là tốt nhất để giảm bớt sự lo lắng,

căng thẳng và bất an ở trẻ em mắc chứng tự kỉ. Nói cách khác, AN giúp TTK điều chỉnh và cân bằng lại cảm xúc của mình tốt hơn.

Mỗi khi làm việc với trẻ, nhà trị liệu nên chọn những bản nhạc có giai điệu tươi sáng, nhẹ nhàng cho TTK nghe để TTK thư giãn và tự cảm nhận. Trong không gian AN như vậy trẻ có một cảm giác yên bình hoặc kết hợp cho trẻ chơi các trò chơi khác mà trẻ thích: vẽ, nặn, xé dán tranh,...

**2.4. AN mang đến niềm vui cho TTK.** Có lẽ điều lí thú nhất trong phương pháp can thiệp và trị liệu dành cho TTK là trị liệu AN luôn hấp dẫn và thú vị nhất dành cho các TTK. Sử dụng AN để trị liệu cho TTK có thể mang lại những thay đổi trong hành vi xã hội và khả năng nhận thức chỉ thông qua việc cho trẻ lắng nghe, hát hay đung đưa cơ thể theo một giai điệu, một câu chào hay một lời bài hát đơn giản ngắn gọn được lặp đi lặp lại, trong một khoảng thời gian nhất định. Đây cũng chính là cách tốt nhất để giữ cho TTK tham gia vào một hoạt động nào đó và để đảm bảo rằng chúng thích. Điều này giống như một cách chơi của TTK, bởi vậy sử dụng AN để trị liệu cho TTK là một phương pháp mà các TTK có thể tham gia vào một cách vui vẻ mà không cảm thấy bị áp lực như một nhiệm vụ/một công việc.

Nhà trị liệu có thể mở AN lúc TTK ngủ/lúc chơi... Có thể cho TTK nghe những bản nhạc không lời bất hủ luôn tồn tại theo thời gian của Beethoven hay Mozart. Thông qua AN, hãy cố gắng tạo bầu không khí an toàn, tích cực và bình tĩnh cho trẻ, giúp trẻ nâng cao khả năng tập trung chú ý. Hãy để trẻ cảm nhận giai điệu AN lặp đi lặp lại bằng tất cả các giác quan và cơ thể và khuyến khích TTK hát theo cách riêng của mình theo lời bài hát, hay đung đưa người theo tiếng nhạc có giai điệu êm dịu, vui tươi, nhộn nhịp. Kết hợp với đồ dùng trực quan, minh họa cử chỉ điệu bộ, ngôn ngữ cơ thể; xen kẽ các hoạt động đòi hỏi sự tập trung chú ý - lắng nghe và thư giãn - nhảy múa sẽ thu hút sự tập trung chú ý, tạo sự hứng thú, thư giãn... cho TTK.

Marcela De Vivo là một nhà văn, người đam mê AN và là mẹ của một TTK đã chia sẻ: "Thông qua việc sử dụng AN để trị liệu cho con trai mình (bị bại não nặng) đã giúp con có thể vui chơi và giao tiếp hiệu quả hơn với những thành viên trong gia đình".

\* \* \*

Việc sử dụng AN để trị liệu cho TTK là một cách hiệu quả để giúp TTK thư giãn, phát triển kỹ năng giao tiếp - xã hội cũng như điều chỉnh hành vi,... đồng thời AN giúp tiếp cận, tương tác và hiểu hơn về TTK. AN trị

liệu chính là cầu nối giữa cha mẹ và TTK, giữa GV và TTK, giữa các nhà chuyên môn với trẻ. Đây chính là một trong những cách thức tiếp cận nhanh nhất, dễ nhất với TTK mà một nhà chuyên môn, một GV giáo dục đặc biệt, một bác sĩ hay nhà trị liệu viên nên áp dụng. Marianne Wiersema có một câu nói rất nổi tiếng: "Giáo dục AN theo một cách đặc biệt là một món quà đặc biệt cho trẻ có nhu cầu đặc biệt". □

#### Tài liệu tham khảo

- [1] Kim, J.- Wigram, T., - Gold, C. (2009). *Cảm xúc, động lực trẻ tự kỉ đáp ứng giữa các cá nhân trong liệu pháp âm nhạc ngẫu hứng*. Tự kỉ, 13 (4), 389-409. PMID: 19535468.
- [2] See - CM (2012). *Sử dụng âm nhạc trị liệu để sửa đổi hành vi của trẻ tự kỉ*. Pertanika J. Khoa học. & Hum, 20 (4): 1103-1116.
- [3] Whipple J. (2004). *Âm nhạc trong can thiệp cho trẻ em và thanh thiếu niên bị tự kỉ: Một phân tích gộp*. Journal of Music Therapy. 41 (2): 90-106. PubMed PMID: 15307805.
- [4] Nguyễn Minh Anh (2014). *Ứng dụng nghệ thuật trị liệu trong hoạt động với trẻ mầm non hòa nhập*. Kỷ yếu hội thảo khoa học: Giáo dục hòa nhập, lí luận và thực tiễn. Trường Cao đẳng Sư phạm Trung ương TP. Hồ Chí Minh.
- [5] Đỗ Thị Thảo (2015). *Biện pháp giáo dục kỹ năng thiết lập mối quan hệ xã hội cho trẻ rối loạn phổ tự kỉ nhẹ trong trường mầm non hòa nhập*. Tạp chí Khoa học, (Volume 60 Number 6 BC) Trường Đại học Sư phạm Hà Nội [tr 119-127].

## Can thiệp sớm cho trẻ khuyết tật...

(Tiếp theo trang 63)

- [2] Bộ GD-ĐT (2006). *Quy định về giáo dục hòa nhập dành cho người tàn tật, khuyết tật* (ban hành kèm theo Quy định số 23/2006/QĐ-BGDĐT ngày 22/5/2006 của Bộ GD-ĐT).
- [3] *Luật Người khuyết tật* (2010). NXB Tư pháp.
- [4] Lê Thị Thúy Hằng (2015). *Can thiệp sớm trẻ khuyết tật*. NXB Giáo dục Việt Nam
- [5] Trần Thị Thiệp - Bùi Thị Lâm - Hoàng Thị Nho - Trần Thị Minh Thành (2006). *Can thiệp sớm và Giáo dục hòa nhập cho trẻ khuyết tật*. NXB Giáo dục.
- [6] Nguyễn Thị Hoàng Yến (2012). *Giáo dục đặc biệt và những thuật ngữ cơ bản*. NXB Đại học Sư phạm.
- [7] Stainback, S. - Stainback, W. (1997). *Inclusion, A Guide for Educators*. Baltimore, Paul. H. Brookes Publishing Company.
- [8] Tony Booth and Mel Ainscow (2002). *Index for Inclusion - Developing Learning and Participation in School*. CSIE New Redland, Frenchay Campus, Coldharbour Lane, Bristol BS16 1QU, UK.