

Cách Hỗ Trợ Trẻ Em Mắc Hội Chứng Tourette

“Bộ Sách Giáo Dục Dành Cho Phụ Huynh Về Chăm Sóc Sức Khỏe Tâm Thần Của Trẻ Em

Bộ Giáo dục 2022

“Hội chứng Tourette” là gì?

Hội chứng Tourette (Tourette Syndrome-TS) là chứng rối loạn phát triển thần kinh. Cơ bắp của những người mắc TS sẽ có cảm giác rung đột ngột, ngắn, lặp đi lặp lại và không tự chủ, chủ yếu được phân loại là cảm giác vận động (như chớp mắt, nhún vai và lắc đầu) và cảm giác thanh âm (như cầu nhàu, hắng giọng và thốt ra từ đột ngột).

Những người mắc TS thường phát triển các triệu chứng trên trong thời thơ ấu. Những cơn rung giật có thể có những tác động sau đến cuộc sống hàng ngày của họ:

- ✦ Mệt mỏi hoặc đau đớn về thể chất
- ✦ Khó tập trung học
- ✦ Khó khăn khi viết, đặc biệt khi phải viết trong thời gian dài
- ✦ Khó khăn xã hội
- ✦ Hình ảnh bản thân xấu
- ✦ Xáo trộn cảm xúc
- ✦ Tình trạng rối loạn máy cơ mặt (tic) có thể trở nên tồi tệ hơn khi áp lực và căng thẳng

Vai trò của Cha Mẹ

Nếu tôi nghi ngờ con tôi mắc TS, tôi nên...

- Tìm kiếm ý kiến tư vấn và đánh giá tâm thần cho trẻ càng sớm càng tốt, để có thể sắp xếp việc điều trị và hỗ trợ thích hợp cho trẻ
- Bắt đầu liên hệ với Điều phối viên về Nhu cầu Giáo dục Đặc biệt (SENCO), giáo viên chủ nhiệm lớp, Đội hướng dẫn của trường hoặc nhân viên xã hội của trường để được sắp xếp các dịch vụ hỗ trợ thích hợp

Sau khi con tôi được đánh giá là mắc TS, tôi nên...

- Hợp tác với các chuyên gia chăm sóc sức khỏe trong việc thực hiện kế hoạch điều trị theo đề xuất để đảm bảo rằng trẻ nhận được các phương pháp điều trị cần thiết và dùng thuốc theo đúng quy định (nếu có)
- Chủ động cung cấp cho nhà trường thông tin về các nhu cầu giáo dục đặc biệt của trẻ càng sớm càng tốt, bao gồm cả việc chuyển báo cáo tâm thần của trẻ cho nhà trường để được sắp xếp các dịch vụ hỗ trợ thích hợp
- Duy trì liên lạc với Đội hướng dẫn của trường hoặc nhân viên xã hội của trường, SENCO, Đội hỗ trợ học sinh, giáo viên chủ nhiệm lớp và các giáo viên bộ môn để hiểu về điều kiện học tập và điều chỉnh của trẻ; và cùng nhau thảo luận về các chiến lược hỗ trợ thích hợp nếu cần thiết

Có thể xem xét các chiến lược sau đây khi hỗ trợ trẻ:

Quản lý tích cực bệnh tật

- Hướng dẫn trẻ đối mặt với các hành vi tic với thái độ tích cực, chẳng hạn như cùng trẻ tìm kiếm thông tin liên quan để hiểu sâu hơn về Hội chứng Tourette và giúp trẻ thích nghi và chấp nhận tình trạng của mình.
- Dạy trẻ giúp những người khác hiểu về tình trạng của mình để giúp trẻ hòa nhập cộng đồng. Ví dụ: cách để giải thích các hành vi tic của trẻ cho những người khác

Quản lý cảm xúc

- Dạy trẻ những cách thích hợp để xử lý cảm xúc của mình, chẳng hạn như hít thở sâu hoặc các bài tập thư giãn cơ thể, v.v...
- Lên lịch trình thực tế và thiết thực với trẻ để việc học tập, nghỉ ngơi và các hoạt động có thể được thực hiện xen kẽ nhằm giảm bớt căng thẳng

Hỗ trợ học tập và điều chỉnh

- Tùy thuộc vào tình trạng của các hành vi tic của trẻ, giúp trẻ chia công việc thành các nhiệm vụ nhỏ hơn và hoàn thành các nhiệm vụ đã được phân chia tại một thời điểm. Chẳng hạn như sắp xếp ít công việc hơn để hoàn thành khi tic thường xuyên
- Hỗ trợ trẻ hiểu các chức năng của lớp học và điều kiện đánh giá, đồng thời khuyến khích trẻ bày tỏ ý kiến của mình với giáo viên trong quá trình quyết định các sắp xếp liên quan

Xây dựng sự tự tin

- Khám phá sở thích và thế mạnh của trẻ để giúp trẻ phát triển tiềm năng của mình

Các biện pháp và chiến lược hỗ trợ

Nhìn chung, trường học có thể cung cấp các hỗ trợ sau đây tùy theo nhu cầu của từng học sinh:

Giúp học sinh điều chỉnh ở trường

- Khi học sinh cảm thấy rất lo lắng và căng thẳng, hãy để học sinh nghỉ ngơi và thư giãn ở một nơi an toàn và yên tĩnh
- Sắp xếp chỗ ngồi ưu tiên ở những nơi bao gồm phòng học và phòng đặc biệt
- Cho phép học sinh tham gia các hoạt động trong lớp theo khả năng và điều kiện của mình để tránh gây áp lực quá lớn cho học sinh.
- Cung cấp đào tạo nhóm hoặc cá nhân cho học sinh cần cải thiện các kỹ năng quản lý cảm xúc và xã hội của mình, và tránh đặt “giảm tần suất tic” làm mục tiêu đào tạo cho học sinh

Giúp học sinh hòa đồng và giao tiếp với giáo viên và bạn bè

- Tích cực trao đổi văn hóa học đường biết quan tâm. Tăng cường hiểu biết của giáo viên và học sinh về TS để tạo điều kiện chấp nhận học sinh mắc TS với thái độ hòa nhập
- Làm mẫu cho các bạn cùng lớp của học sinh cách phản ứng với tic của học sinh mắc TS một cách thích hợp
- Chấp nhận và cố ý phớt lờ tic của học sinh để giảm bớt căng thẳng và lo lắng cho học sinh
- Sắp xếp một số bạn học cùng lớp hữu ích để hỗ trợ việc học tập hoặc cảm xúc trong lớp cho học sinh
- Thúc đẩy sự tương tác giữa học sinh và bạn học cùng lớp, chẳng hạn như sắp xếp các nhóm chơi thông qua bạn bè

Thu hút học sinh vào các hoạt động học tập

- Áp dụng các chiến lược giảng dạy chẳng hạn như chia các nhiệm vụ thành các bước nhỏ hơn và nêu bật các điểm chính
- Cung cấp các ghi chú giảng dạy cho học sinh có nhu cầu
- Dạy học sinh có nhu cầu cách đánh máy vi tính thay vì viết
- Điều chỉnh bài tập về nhà theo nhu cầu của học sinh để giảm áp lực của học sinh
- Cung cấp các sắp xếp thi cử đặc biệt theo nhu cầu của học sinh và đề xuất từ các chuyên gia

Tăng cường hỗ trợ và hợp tác giữa gia đình và nhà trường

- Cung cấp các dịch vụ hỗ trợ chuyên sâu cho học sinh gặp khó khăn nghiêm trọng khi cần thiết, chẳng hạn như lập Kế hoạch học tập cá nhân, thực hiện đánh giá và theo dõi thường xuyên
- Duy trì sự phối hợp và liên lạc chặt chẽ giữa nhà trường, phụ huynh và các chuyên gia (chẳng hạn như các chuyên gia chăm sóc sức khỏe, nhân viên xã hội, nhà tâm lý học, v.v.....)

Các trang web hữu ích

Bộ Giáo dục



[Trang chủ của Bộ Giáo dục](#)



[Thông tin giáo dục tổng hợp và giáo dục đặc biệt trực tuyến “SENSE”](#)



[Thông tin trực tuyến về sức khỏe tâm thần của học sinh “Mental Health @School”](#)



[Hướng dẫn hoạt động về Phương pháp tiếp cận giáo dục tổng hợp toàn trường](#)



[Cẩm nang hướng dẫn hỗ trợ dành cho giáo viên về việc hiệu và hỗ trợ học sinh bị bệnh tâm thần](#)

Bộ Y tế



[Dịch vụ Đánh giá Trẻ em](#)



[Dịch vụ Y tế dành cho Học sinh](#)

Bộ Phúc lợi Xã hội



**Hội đồng Dịch vụ Xã hội
Hồng Kông**



Số điện thoại để giải đáp thắc mắc

Bộ Giáo dục

Thắc mắc chung về giáo dục đặc biệt

3698 3957

Cơ quan quản lý bệnh viện

Số điện thoại trực tiếp về Sức khỏe tâm thần
của Cơ quan quản lý bệnh viện (24 giờ)

2466 7350

Bộ Y tế

Dịch vụ Đánh giá Trẻ em

2246 6659

Dịch vụ Y tế dành cho Học sinh

2349 4212

[Nguồn hỗ trợ và đường dây hỗ trợ cộng đồng](#)

