

TƯ VẤN TÂM LÝ- GIÁO DỤC TIỀN HỌC ĐƯỜNG CHO TRẺ MỘT SỐ CA THỰC CHỨNG VÀ KHUYẾN NGHỊ DÀNH CHO PHỤ HUYNH

Trần Thị Lệ Thu

Khoa Tâm lí Giáo dục, Trường Đại học Sư phạm Hà Nội

Tóm tắt. Bài báo nêu bật vai trò, tầm quan trọng và ý nghĩa của tư vấn tâm lý - giáo dục cho trẻ tuổi tiền học đường. Tập trung phân tích, tổng kết bài học kinh nghiệm qua 13 ca tư vấn tâm lý - giáo dục tiền học đường cho trẻ; minh họa bằng một ca thực chứng cụ thể. Bài báo cũng nêu rõ những khó khăn, trở ngại tâm lý mà phụ huynh và trẻ tuổi tiền tiểu học thường gặp phải. Trên cơ sở những dữ liệu thực chứng này, tác giả đề xuất một số khuyến nghị dành cho phụ huynh trong lĩnh vực tâm lý - giáo dục tiền học đường cho trẻ.

Từ khóa: Tư vấn tâm lý - giáo dục tiền học đường, khó khăn tâm lý, thực chứng, bài học kinh nghiệm, trẻ tuổi tiền học đường.

1. Mở đầu

Ở giai đoạn cuối tuổi mẫu giáo lớn, trong tâm hồn thơ bé không ít đứa trẻ “vỡ mộng” nhưng lại không biết nói thế nào để ba mẹ, thầy cô và người lớn xung quanh hiểu. Thậm chí nhiều đứa trẻ vẫn đang trong tình trạng chưa bao giờ thích trường mẫu giáo, vậy mà một lần nữa áp lực học hành và nỗi lo sợ tới trường tiểu học lại bắt đầu nhen nhúm, bắt đầu dội vào đứa trẻ. Câu hỏi đặt ra là người lớn chúng ta có chịu lắng nghe và hiểu tâm hồn trẻ, hiểu trẻ tới mức cần hiểu không? Mỗi khi con ốm, có vấn đề về thể chất, chúng ta cẩn thận đưa vào bệnh viện, tại bệnh viện, bác sĩ khám rất cẩn thận rồi mới kết luận tình trạng bệnh và kê đơn thuốc; thế nhưng mỗi khi con có trở ngại về học hành, về tâm lý, về trí tuệ hình như chúng ta đều tự bằng kinh nghiệm chủ quan để đánh giá, phán xét và trợ giúp. Rất có thể kinh nghiệm và đầu óc khái quát hóa của chúng ta lại không đúng, và khi đó chúng ta vô tình đẩy trẻ lâm vào tình trạng tồi tệ hơn thay vì trợ giúp và giáo dục các con đúng hướng.

Bài viết này - thông qua tổng kết những ca thực chứng nhằm tư vấn tâm lý - giáo dục tiền học đường cho trẻ và đưa ra một vài khuyến nghị hữu ích cho phụ huynh có con trong độ tuổi đến trường.

Ngày nhận bài: 22/11/2013 Ngày nhận đăng: 15/1/2014

Liên hệ: Trần Thị Lệ Thu, e-mail: thule1509@gmail.com

2. Nội dung nghiên cứu

2.1. 13 ca thực chứng

2.1.1. Hồi cứu một ca- “con căng thẳng và lo lắng”

a. Bối cảnh và tình trạng ban đầu

Cháu là cháu trai (là một trong hai cháu sinh đôi- anh trai và em gái), cháu học cùng lớp mẫu giáo lớn với em gái; Cháu khỏe, ngoan, chơi với em và các bạn hòa thuận, thích đi học và đi học đều.

Trước thời điểm bố cháu tìm nhà tư vấn, ở lớp các cháu bắt đầu được cô dạy học số, tập tô, tập phát âm các âm và từ... đồng thời cô cũng “giao bài tập về nhà” (vì là năm cuối mầm non, chuẩn bị vào lớp một nên cô giáo dạy các cháu một số chủ đề mang tính tiền học đường).

3- 4 tuần gần thời điểm tìm gặp nhà tư vấn cháu trở nên trầm hơn, ít nói, ít hoạt động và giao tiếp hoạt bát như trước; cháu trở nên nhạy cảm hơn và hay phản ứng mạnh với người thân. Đặc biệt khi bố mẹ, ông bà nhắc cháu vào bàn làm “bài tập” tô chữ, cháu không vui/không hào hứng; cháu vào bàn ngồi miễn cưỡng và có thể ngồi lỳ ở bàn tới 20- 25 phút và không tô gì cả. Ở lớp, cháu thường tiếp thu và tô chữ chậm hơn em gái, chậm hơn các bạn.

Cháu cũng tỏ ra không thích thú với việc đến trường mầm non nữa, cháu luôn ngó xem khi tới trường mẹ có nói chuyện hoặc trao đổi gì với cô giáo mầm non không. Cháu tỏ ra không thích khi thấy mẹ nói gì đó với cô.

Gia đình rất lo lắng về việc học của cháu, sợ cháu bị chậm phát triển hay có vấn đề gì đó về trí tuệ; gia đình tìm gặp nhà tâm lý để mong được đánh giá xem cháu có vấn đề gì về trí tuệ không???

b. Đánh giá

Trao đổi, tiếp xúc với gia đình cháu, qua đánh giá tôi xác định được những nhân tố tác động gây nên sự thay đổi và phản ứng của cháu đối với việc “tô chữ”; đối với người thân, cha mẹ, giáo viên và trường mầm non.

Cuộc sống trước đó của bé trai này vốn diễn ra rất êm đẹp, tới thời điểm bắt đầu học số, chữ, tập tô cháu cũng đồng thời bắt đầu lo lắng và căng thẳng, có thể do: (1) Cháu chưa thật sẵn sàng và chưa hứng thú với việc học số, tô chữ; vì trước đó cháu chưa được trợ giúp gì ở những kỹ năng cơ bản làm nền tảng cho những kỹ năng cô bắt đầu dạy; do vậy cháu rất khó khăn khi cầm bút và tô,...; (2) Cháu có chậm hơn một chút so với lứa tuổi về về kỹ năng vận động tinh nói chung; (3) Cháu luôn phải nghe lời so sánh của cô giáo, ông bà và bố mẹ với em gái: “cậu này không bằng em gái, chưa làm xong bài, chậm lắm, không biết tương lai thế nào, không biết sau này có học được không, v.v”; (4) Cùng với lời so sánh cháu cảm nhận được nỗi lo, sự than phiền của cô giáo, của cả nhà thông qua biểu cảm ngôn ngữ và phi ngôn ngữ khá nhiều, khá mạnh mẽ và rõ ràng; (5) Ở lớp cháu dần thiếu tự tin, sợ cô giáo, sợ giờ tô và giờ học số/chữ; (6) Ở nhà bắt đầu ghét em gái, ghét người thân vì bắt cháu học, vì làm cháu “ức chế”; (7) Cháu là cháu trưởng nên chịu

áp lực lớn từ kỳ vọng của ông bà, cha mẹ vào cháu. Bố cháu cho biết “ông bà lo lắm, sợ cháu là cháu đích tôn mà trí tuệ kém cỏi!”, luôn nhắc nhở bố mẹ cháu phải dạy cháu nhiều hơn; (8) Nhìn thấy cô giáo, thấy em, thấy những gì liên quan tới học chữ, tô, số... là cảm giác thất bại, buồn, xấu hổ, tự ti... lại òa vào tâm hồn cháu.

Qua đánh giá tôi cũng nhận thấy: Mẹ cháu là một cán bộ nhà nước, bố cháu cũng là giáo viên vì vậy anh chị có so sánh cháu với con cái của đồng nghiệp, với các bạn cùng lớp, với anh chị em trong gia đình,... của cháu ; và nỗi lo của anh chị, của ông bà ngày một tăng lên. Đặc biệt giáo viên ở lớp chưa hiểu sâu về cháu (năng lực, hứng thú, sở thích, kỹ năng,...). Chương trình dạy ở lớp chưa phù hợp với cháu, cách trao đổi và giao tiếp của gia đình với cô giáo chưa phù hợp; cách phê bình, than phiền của mẹ về cháu cũng là một áp lực lớn đối với cháu (vì khi than phiền cháu mẹ nói rằng: cô giáo bảo...).

Tôi đánh giá và xác định thấy cháu chưa được ai thấu hiểu, chưa được trợ giúp và hướng dẫn đúng cách. Cháu bị cô lập và lạc lõng trong thế giới đầy ắp thách thức (bài tập khó so với khả năng của cháu), mặc cảm, nhiều thất bại so với em gái - cháu thực sự đang rất căng thẳng và lo lắng. Cháu không biết nói ra và giải thích sự lo lắng, căng thẳng của mình; vì thế cháu chỉ có thể né tránh hoặc phản ứng mạnh với những nhân tố gây căng thẳng và lo lắng cho cháu.

c. Tư vấn tâm lý- giáo dục

Tôi đã phân tích để bố cháu hiểu về tình trạng của cháu như tôi nhận định và đánh giá ở trên. Bố cháu lắng nghe tôi và mỗi đoạn phân tích của tôi bố cháu đều đáp lại: “Đúng như thế cô ạ! Vậy em nên làm gì bây giờ? Thương cháu quá! Đúng là do gia đình em không hiểu cháu! Cháu không bị sao về trí tuệ hả cô?...”.

Tôi đã tư vấn và trao đổi với bố cháu về cách hiểu tâm lý, trí tuệ của cháu, về cách điều chỉnh ứng xử và giáo dục của cả gia đình, của giáo viên đối với cháu. Tôi khuyên anh chưa cần phải đánh giá sâu hoặc kiểm tra gì về trí tuệ của cháu; điều cần làm là mọi người xung quanh phải hiểu cháu trước và có cách ứng xử, hướng dẫn, giáo dục phù hợp khả năng của cháu.

Bố cháu hợp tác với tôi rất hiệu quả. Anh đã đồng ý nói chuyện với các thành viên trong gia đình để mọi người đều hiểu cháu, hiểu khả năng của cháu, hiểu sự căng thẳng và lo lắng của cháu hiện nay. Không ai than phiền, so sánh cháu với em, với bạn, không ai tỏ ra buồn hay thất vọng về cháu nữa. Cả nhà hướng dẫn cháu từ từ, từng bước một; đồng thời khen, khuyến khích và động viên cháu trong từng tiến bộ nhỏ; so sánh cháu của ngày hôm nay với chính cháu ngày hôm qua- vui vì từng bước tiến bộ của cháu.

Tôi tư vấn anh nên trao đổi với vợ và giáo viên dạy cháu: không nên nói nhiều về những gì cháu chưa làm được, không nên ở đâu cũng “công khai hóa” và nhắc cháu về những gì cháu chưa đạt được; trao đổi với cô giáo để đưa ra hoạt động và bài học phù hợp; hướng dẫn cháu từ từ, đúng cách, áp dụng chiến lược khuyến khích hiệu quả với cháu.

Tôi cũng khẳng định tình yêu và sự quan tâm, lo lắng của gia đình, của giáo viên cũng là vì tương lai của cháu; tôi công nhận tình yêu và sự quan tâm của ba mẹ cháu, cô giáo và ông bà dành cho cháu. Đồng thời tôi tư vấn để tình yêu và sự quan tâm này phù hợp, mang lại lợi ích trực tiếp đối với sự phát triển tâm lý, trí tuệ của cháu hiện nay và

trong tương lai.

d. Kết quả

Tôi xin mượn lời phản hồi của bố cháu để nói về kết quả - bố cháu cảm ơn tôi thể này sau hai tháng: “Cô ơi, bé trai nhà em tiến bộ rõ rệt cô ạ. Cháu bây giờ tự tin và học tốt chẳng khác gì em của mình. Cảm ơn cô đã cho em lời khuyên bổ ích về cách giáo dục và ứng xử với cháu.” (em T. 5/6/2013).

Kết quả này là sự nỗ lực của bố cháu, sự đồng thuận của cả gia đình, giáo viên trong cách hỗ trợ và hiểu đúng về cháu.

2.1.2. Tổng kết kinh nghiệm 13 ca tư vấn

Ngoài ca cụ thể tôi hồi cứu tóm tắt ở trên, tôi cũng đã thực hiện tham vấn và trị liệu 13 ca khác (từ tháng 1 năm 2011 đến tháng 9 năm 2013) dành cho phụ huynh và các con 5- 6 tuổi. Tôi xin tổng kết ngắn gọn những thông tin chung, đáng chú ý qua các ca này:

a. Vấn đề chính của các con mà ba mẹ cần trợ giúp

Qua các ca tôi đã thực hiện tư vấn, những vấn đề chính thường gặp ở trẻ mà ba mẹ, gia đình lo lắng- cần tư vấn là: (1) Về tập trung chú ý: các con không tập trung vào bài học (tiết học kỹ năng tiền học đường ở trường mầm non). (2) Cô giáo than phiền: rất khó hướng dẫn tô nét, tô chữ và số; con không nhớ được trên 1/2 các chữ/số cô dạy. (3) Con không học được, không theo kịp các bạn ở lớp về các bài luyện để thi vào một trường tiểu học ba mẹ kỳ vọng. (4) Con rất sợ đi học thêm tiền tiểu học: học tô số, tô nét, tô chữ. Bảo đi học là khóc. (5) Con phản ứng dữ dội khi gia đình nhắc ngồi vào bàn học (tô số, tô chữ,...); con liên tục nói “con ghét học”. (6) Con lo sợ, căng thẳng và khóc khi chuẩn bị đi kiểm tra vào lớp 1. (7) Một số gia đình cho con đi học trước chương trình lớp 1, con không theo kịp đa số bạn ở lớp học thêm, điểm thấp nên con sợ và không thích đến lớp học tiếp. (8) Thi trượt kỳ thi vào lớp 1 ở một trường nào đó, con căng thẳng mỗi khi nói tới kiểm tra hoặc đến trường học.

b. Vấn đề của ba mẹ và gia đình liên quan tới con

Ở một số ca tư vấn, ngoài vấn đề của trẻ, tôi cũng nhận thấy gia đình các cháu cũng có những mâu thuẫn, bất đồng trong việc giáo dục trẻ ở độ tuổi tiền học đường; những vấn đề chủ yếu là: (1) Mâu thuẫn trong chọn trường, chọn lớp cho con, không thống nhất trong gia đình. (2) Mâu thuẫn trong việc có nên dạy trước chữ và số cho con không? Có nên dạy trước chương trình tiểu học cho con? (3) Mâu thuẫn trong việc thực hiện thống nhất một thời gian biểu cho trẻ. (4) Lo lắng vì con thi vào trường tiểu học nào mà gia đình chọn con cũng “trượt”. (5) Lo lắng vì con vào trường tiểu học có còn được chăm sóc tốt như ở trường mầm non.

c. Nguyên nhân chính gây nên những vấn đề khó khăn tâm lý của trẻ ở độ tuổi tiền tiểu học

Có thể có nhiều nguyên nhân chủ quan và khách quan gây nên khó khăn tâm lý - giáo dục của trẻ, dưới đây là một số nguyên nhân: (1) Các con không được hiểu- ba mẹ, người thân, cô giáo chưa hiểu tâm lý, kỹ năng và tình trạng hiện thời của con; chưa thực sự làm bạn với con. (2) Mỗi trẻ có tốc độ, nhịp độ và bản chất phát triển khác nhau- nhưng

gia đình luôn mang ra so sánh với một bạn cụ thể và tạo áp lực cho trẻ. (3) Kỳ vọng con thi được vào trường tiểu học này, nọ,...- mục tiêu là vì gia đình chứ không xem xét tới khả năng và tâm lí của trẻ. (4) Quá lo lắng cho tương lai của con nên gây áp lực cho con. (5) Chưa sử dụng đúng những chương trình, những chiến lược phát triển kỹ năng tiền tiểu học dành cho trẻ mầm non. (6) Chủ yếu thực hiện giáo dục theo kinh nghiệm và tính tự phát; thậm chí nhiều cha mẹ góp nhặt, nghe ngóng kinh nghiệm từ dư luận xã hội (báo chí, trang mạng xã hội, v.v.) nhưng thiếu tư duy phê phán nên áp dụng sai cho con.

d. Xu hướng tiếp cận trong can thiệp/tư vấn

Tư vấn có kết quả ở 13 ca chủ yếu tập trung vào mô hình can thiệp tích hợp và toàn diện trong tâm lí học trường học. Cách tiếp cận can thiệp này mang tính tổng thể, bao gồm 3 hướng chính: hỗ trợ/trị liệu cho trẻ, tư vấn cho gia đình (bố mẹ, ông bà, cô chú, người giúp việc...), tư vấn dành cho giáo viên của trẻ (giáo viên ở trường mầm non, giáo viên dạy thêm tiền tiểu học/tiểu học).

Tuân thủ các nguyên tắc đạo đức nghề, thực hiện các chiến lược và kỹ thuật can thiệp trực tiếp, gián tiếp trên nền tảng của xu hướng can thiệp tích hợp và hội nhập. điều chỉnh hướng can thiệp phù hợp với trẻ, với gia đình trẻ và với môi trường lớp học trẻ đang tham gia.

Tiếp cận can thiệp theo hướng tích hợp và hội nhập này còn đặc biệt chú ý tới tính văn hóa vùng miền; chú ý tới đặc điểm cá nhân, sinh thái của mỗi thân chủ.

2.2. Một số ý kiến đề xuất với các bậc phụ huynh

Chúng ta sinh ra, lớn lên và đi học rất nhiều, học để làm việc và duy trì nghề nghiệp, kiếm sống; học để làm người, sống hài hòa trong xã hội; tuy nhiên chúng ta có khi quên mất phải học kiến thức và kỹ năng làm chồng/làm vợ, đặc biệt là kỹ năng làm cha/làm mẹ, làm ông và làm bà.

Tài sản lớn nhất của chúng ta là con cái, cháu chắt vậy mà thời gian chúng ta dành cho con hình như luôn ít hơn dành cho công việc. Xã hội càng hiện đại và phức tạp bao nhiêu, càng đòi hỏi chúng ta để tâm tới trẻ bấy nhiêu.

Từ những phân tích và tổng kết kinh nghiệm 13 ca tư vấn ở trên tôi có một vài khuyến nghị dành cho cha mẹ và gia đình của trẻ (độ tuổi tiền tiểu học) như sau: (1) Tự mình học hỏi (hoặc tìm các tài liệu, khóa học) về tâm lí, trí tuệ của con (của trẻ em lứa tuổi này), cần lưu ý học hỏi từ nguồn tài liệu, tư liệu đáng tin cậy (tránh các nguồn tài liệu và báo chí “lá cải”). (2) Tìm hiểu nhóm kiến thức và kỹ năng tiền học đường mà trẻ nên được chuẩn bị và rèn luyện trong những năm mầm non, đặc biệt là năm mẫu giáo lớn. Lựa chọn nội dung và cách hướng dẫn các kỹ năng tiền học đường phù hợp với đặc điểm tâm sinh lý của con mình. (3) Tránh ép trẻ thực hiện những gì mà mình nghĩ là tốt và đúng; nên dựa vào tình trạng tâm lí, trí tuệ, sức khỏe thể chất của con trước khi quyết định con nên học gì, được dạy gì, vào học trường/lớp nào. (4) Cha mẹ nên hiểu giai đoạn chuyển vào tiểu học của trẻ là giai đoạn chuyển dần từ hoạt động chơi là chủ yếu sang học là chủ đạo, quá trình này hết sức từ từ, không nên dồn dập, ép buộc. (5) Phòng ngừa trước hội chứng “căng thẳng”, “vỡ mộng”, “sợ trường học”, “giả bệnh”... ở con bằng cách chuẩn bị

tâm thế cho cháu trước khi vào tiểu học (tâm lý - xúc cảm, tình cảm, ý chí và sinh lý). (6) Cần tạo quan hệ đồng minh, đồng thuận từ tất cả các thành viên gia đình và giáo viên ở trường mầm non trong việc hiểu và dạy trẻ (những kiến thức, kỹ năng tiền học đường). (7) Khi cần tư vấn nên tìm tới các chuyên gia chuyên sâu về ứng dụng tâm lý - giáo dục, tránh giáo dục con kiểu kinh nghiệm thuần túy, tự phát, không lường trước được rủi ro. (8) Gia đình, ba mẹ của trẻ thấu hiểu tâm lý, trí tuệ, thể chất của con, biết cách chia sẻ sâu sắc với con, biết cách hướng dẫn và giáo dục phù hợp với con... sẽ tạo nên một nền tảng tương lai vững vàng, giúp con tự tin trong nhiều mặt của cuộc sống, đặc biệt là trong những ngày con chập chững vào tiểu học.

3. Kết luận

Bước chuyển giao giữa bậc học mầm non và tiểu học là vô cùng quan trọng. Thế giới mộng mơ, tuổi thơ tự do với chơi mà học bắt đầu khép lại dần; chuyển từ hoạt động chủ đạo sang học, học là chính và có một phần học thông qua qua chơi.

Bài viết này của chúng tôi nhằm tập trung (1) tổng kết kinh nghiệm 13 ca tư vấn (từ 1/2011- 09/ 2013), phân tích và minh họa sâu 01 ca tư vấn gia đình về giáo dục trẻ tuổi mẫu giáo lớn những hiểu biết và kỹ năng tiền học đường, chuẩn bị tâm lý cho các con trước khi vào tiểu học; (2) trên cơ sở đó đưa ra một số khuyến nghị dành cho các bậc phụ huynh có con ở tuổi đầu tiểu học.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1] Võ Thị Minh Chí, 2011. *Nghiên cứu ứng dụng tâm lý học học đường trong nhà trường phổ thông*. Đề tài cấp Bộ, mã số B 2009- 17- 173TD. Bộ Giáo dục & Đào tạo.
- [2] Trần Thị Ngọc Chúc, 2008. *Cần chuẩn bị những gì cho trẻ vào lớp 1*. Nxb Tổng hợp Tp. Hồ Chí Minh.
- [3] Lê Mỹ Dung, 2011. *Khó khăn tâm lý trong hoạt động học tập của học sinh tiểu học*. Đề tài cấp Bộ, mã số B2009- 17-180. Bộ Giáo dục & Đào tạo.
- [4] Vũ Ngọc Hà, 2011. *Khó khăn tâm lý của học sinh đầu lớp 1*. Nxb Từ điển Bách khoa.
- [5] Trần Thị Lệ Thu, 2011- 2013. *Hồ sơ tham vấn và trị liệu cá nhân - gia đình*.

ABSTRACT

Education & psychology consultation for pre-school children - data based cases & recommendations for the parents

This article focuses on the role & the importance of education & psychology consultation for pre- school children. It also analyzes the content and reviews the experiences (lesson-learned) of education & psychology consultation of 13 real cases; concentrated deeply on one concrete case. Common psychological difficulties of pre-school children and their parents are also summarized & presented. With these data-based the author gives some recommendations for the parents of pre-school children in the field of education & psychology for their children.