

BƯỚC ĐẦU HÌNH THÀNH NĂNG LỰC “TƯ VẤN TÂM LÝ CHO CHA MẸ TRẺ VỀ RỐI LOẠN TĂNG ĐỘNG GIẢM CHÚ Ý” CHO SINH VIÊN NGÀNH GIÁO DỤC MẦM NON

Nguyễn Thị Hợi

Trường Cao đẳng Vĩnh Phúc

Email: giadinhyeuthuong2011@gmail.com.

Tóm tắt: Để chăm sóc và giáo dục trẻ mầm non tốt, giáo viên mầm non cần có những hiểu biết sâu sắc về tâm lý của trẻ. Đó là những hiểu biết về các đặc điểm tâm lý bình thường, các vấn đề tâm lý bất thường ở trẻ, những nguyên nhân và ảnh hưởng của các vấn đề tâm lý này, những khó khăn tâm lý mà trẻ và cha mẹ trẻ gặp phải. Đối với rối loạn tăng động giảm chú ý ở trẻ, giáo viên mầm non cần có hiểu biết về khái niệm, những dấu hiệu, các nguyên nhân và ảnh hưởng đối với trẻ mầm non, những khó khăn tâm lý mà cha mẹ trẻ gặp phải khi con của họ mắc rối loạn này, một số biện pháp can thiệp sớm, nội dung, hình thức và kỹ năng tư vấn tâm lý cho cha mẹ trẻ. Điều này sẽ giúp giáo viên có năng lực tư vấn tâm lý trong giáo dục mầm non. Năng lực này cần được rèn luyện ngay từ khi còn là sinh viên và tiếp tục rèn luyện, bồi dưỡng trong quá trình lao động nghề nghiệp giáo viên mầm non.

Từ khóa: Tư vấn tâm lý, tăng động giảm chú ý.

Nhận bài: 12/12/2025; Biên tập: 13/12/2025; Phản biện: 15/12/2025; Duyệt đăng: 20/12/2025.

1. Đặt vấn đề

Hoạt động sư phạm của giáo viên mầm non có đặc điểm riêng và khác biệt với hoạt động sư phạm của giáo viên các bậc học khác bởi đối tượng của hoạt động này là trẻ em rất nhỏ. Trong giáo dục mầm non người giáo viên vừa chăm sóc vừa giáo dục trẻ. Để làm tốt được nhiệm vụ của mình, giáo viên mầm non cần có những hiểu biết sâu sắc về tâm sinh lý của trẻ. Bên cạnh những trẻ có sự phát triển tâm lý bình thường, ở một số trẻ có thể gặp phải những vấn đề tâm lý bất thường. Giáo viên mầm non cần nắm vững cả những biểu hiện, nguyên nhân, ảnh hưởng của những bất thường này, hiểu được các khó khăn tâm lý mà cha mẹ trẻ gặp phải để có thể tư vấn cho họ. Hiện nay tăng động giảm chú ý là một rối loạn tâm lý ngày càng xuất hiện nhiều ở trẻ. Là những giáo viên mầm non tương lai, sinh viên ngành giáo dục mầm non cần trang bị cho mình những hiểu biết để có thể tư vấn tâm lý cho cha mẹ trẻ về tăng động giảm chú ý trong giáo dục mầm non.

2. Nội dung nghiên cứu

Trên cơ sở đã có những hiểu biết về tư vấn tâm lý, các nguyên tắc, phương pháp và kỹ năng tư vấn tâm lý, sinh viên cần hiểu thế nào là tăng động giảm chú ý, các dấu hiệu, nguyên nhân và ảnh hưởng của tăng động giảm chú ý, những khó khăn tâm lý mà cha mẹ có con mắc rối loạn này phải đương đầu, một số biện pháp can thiệp sớm,...từ đó xác định được nội dung, lựa chọn được hình thức và kỹ năng tư vấn tâm lý cho cha mẹ trẻ về rối loạn tăng động giảm chú ý.

2.1. Quan niệm về tư vấn tâm lý trong giáo dục mầm non

Có nhiều quan niệm khác nhau về tư vấn và tư vấn tâm lý.

Theo Trần Thị Minh Đức, Hiệp hội Tham vấn Hoa

Kỳ (1998) định nghĩa tư vấn là mối quan hệ giữa người trợ giúp chuyên nghiệp với cá nhân, nhóm hoặc cộng đồng cần được giúp đỡ, trong đó nhà tư vấn hỗ trợ thân chủ xác định và giải quyết các vấn đề liên quan đến công việc hoặc các mối quan hệ xã hội [1]. Tác giả cũng cho rằng khái niệm tư vấn đôi khi được đồng nhất với cố vấn hay chuyên gia. Trong tiếng Việt, cố vấn được hiểu là người đưa ra ý kiến, lời khuyên hoặc chỉ dẫn để người được cố vấn tham khảo và tự đưa ra quyết định [1].

Theo chuyên gia tâm lý Lê Khanh, tư vấn (consulting) là hoạt động trong đó nhà chuyên môn giảng giải, phân tích và đưa ra lời khuyên cho cá nhân về một vấn đề hay khía cạnh của cuộc sống. Hoạt động tư vấn mang tính một chiều, nhà tư vấn không quyết định thay thân chủ mà đóng vai trò định hướng, dẫn dắt khi thân chủ gặp khó khăn [3]. Ở góc độ tư vấn tâm lý, Lê Khanh cho rằng đây là hoạt động nhà tâm lý đóng góp ý kiến và lời khuyên dựa trên kiến thức và kinh nghiệm chuyên môn nhằm giúp người có vấn đề tâm lý giải quyết khó khăn của mình [3].

Trong khi đó, Nguyễn Đức Sơn (chủ biên) và cộng sự tiếp cận tư vấn tâm lý theo hướng tương tác, coi đó là sự phối hợp giữa nhà tư vấn và người được tư vấn nhằm giúp họ phát triển thái độ và kỹ năng để thực hiện tốt chức năng của mình đối với các đối tượng cần được tư vấn [4]. Trong lĩnh vực giáo dục, người được tư vấn có thể là học sinh, giáo viên hoặc cha mẹ học sinh.

Như vậy, giá trị của tư vấn tâm lý không chỉ nằm ở lời khuyên chuyên môn mà còn ở sự thấu cảm, đồng hành và hỗ trợ thân chủ tự điều chỉnh, tự định hướng [3]. Trên cơ sở đó, trong nghiên cứu này, tư vấn tâm lý cho cha mẹ trẻ trong giáo dục mầm non được hiểu là hoạt động trợ giúp của nhà tâm lý hoặc giáo viên nhằm giúp cha mẹ hiểu rõ đặc điểm tâm lý

của trẻ, nhận diện khó khăn tâm lý của bản thân và trẻ, từ đó có định hướng phù hợp trong chăm sóc, nuôi dưỡng và giáo dục trẻ.

2.2. Dấu hiệu của rối loạn tăng động giảm chú ý

a. Quan niệm về rối loạn tăng động giảm chú ý

Tăng động giảm chú ý (ADHD) là một rối loạn phát triển thường gặp ở trẻ nhỏ, đặc trưng bởi hành vi hiếu động thái quá, hoạt động liên tục không ngừng nghỉ, khó khăn trong việc kiểm soát các hành vi, có thể hành động mà không cần suy nghĩ về kết quả, khó khăn trong việc tập trung chú ý.

Rối loạn tăng động giảm chú ý thường xuất hiện ở trẻ 3 tuổi trở lên. Vì vậy chỉ có thể chẩn đoán triệu chứng tăng động giảm chú ý ở trẻ từ 3 tuổi. Rối loạn tăng động giảm chú ý chủ yếu xuất hiện ở trẻ em. Tuy nhiên một số triệu chứng có thể tồn tại ở người lớn. Biểu hiện ở việc họ khó tập trung lâu dài vào công việc, khó ghi nhớ những chi tiết nhỏ,...

Tăng động giảm chú ý gồm các dạng:

- Dạng tăng động (hiếu động quá mức): trẻ thiên về các biểu hiện hiếu động, bốc đồng, nói nhiều hoặc hoạt động liên tục và vẫn có thể tập trung, chú ý.

- Dạng giảm chú ý: trẻ bộc lộ rõ biểu hiện kém tập trung chú ý nhưng ít nghịch ngợm.

- Dạng kết hợp: trẻ kết hợp đồng thời cả biểu hiện hiếu động, bốc đồng và sự thiếu tập trung chú ý.

b. Dấu hiệu trẻ mắc rối loạn tăng động giảm chú ý.

Từng dạng của rối loạn tăng động giảm chú ý có các dấu hiệu nhận biết sau:

* Dấu hiệu tăng động:

- Liên tục bồn chồn, rối loạn cảm xúc, vui buồn thất thường.

- Không thể ngồi yên, nhất là trong môi trường yên tĩnh, thường vận vẹo tay chân hoặc vận vẹo cả người khi ngồi trên ghế.

- Thường tự do rời khỏi chỗ ngồi trong lớp học, bàn ăn hoặc trong những trường hợp khác.

- Thường xuyên vận động, leo trèo, chạy nhảy quá mức trong những tình huống không thích hợp.

- Khó dừng hành động đang thực hiện khi người khác yêu cầu.

- Thường xuyên trong tình trạng hoạt động liên tục, không ngừng nghỉ chân tay

- Hành động không suy nghĩ, không tuân thủ nội quy, kỷ luật.

- Nói nhiều, nói liên tục, hay nói những câu từ vô nghĩa.

- Nói/hành động vội vã, khó khăn và khó chịu khi phải chờ đến lượt mình.

- Thường đưa ra câu trả lời trước khi người khác kết thúc câu hỏi.

- Ngắt hoặc xen ngang vào câu chuyện hay hành động của người khác.

- Nghịch ngợm quá mức, quấy phá người khác.

- Rối loạn giấc ngủ, mất ngủ, khó ngủ.

- Nóng nảy, hay cáu gắt, dễ gây hấn, đánh nhau.

* Dấu hiệu giảm chú ý:

- Khó tập trung, dễ bị phân tâm, phân tán tư tưởng bởi các kích thích bên ngoài.

- Chỉ có thể chú ý trong một khoảng thời gian ngắn.

- Bất cẩn, hay mắc sai lầm/phạm lỗi do không để ý chi tiết.

- Hay quên, hay làm mất đồ.

- Khả năng duy trì chú ý kém.

- Thường không chú ý lắng nghe khi giao tiếp với người khác.

- Không hứng thú với các nhiệm vụ mất nhiều thời gian, không thú vị.

- Không nỗ lực lâu dài và thường dễ bỏ cuộc, kỹ năng sắp xếp công việc và quản lý thời gian kém.

- Không thể nghe hoặc thực hiện theo các hướng dẫn.

- Không có sự kiên trì, liên tục thay đổi hoạt động.

- Không có khả năng, gặp khó khăn khi tổ chức một nhiệm vụ, sự kiện.

- Dễ dàng bị phân tán tư tưởng bởi các kích thích bên ngoài.

* Dạng kết hợp.

Trẻ ở dạng kết hợp sẽ có những dấu hiệu cả tăng động và giảm chú ý.

Biểu hiện tăng động giảm chú ý ở mỗi trẻ sẽ khác nhau tùy theo từng giai đoạn phát triển.

Bên cạnh đó, các triệu chứng tăng động giảm chú ý ở trẻ cần phải đáp ứng các tiêu chí sau:

- Xuất hiện liên tục trong ít nhất 6 tháng.

- Bắt đầu xuất hiện trước 12 tuổi.

- Xảy ra ở ít nhất 2 bối cảnh, 2 môi trường khác nhau như trường học - ở nhà.

- Gây ảnh hưởng đến cuộc sống, học tập, tương lai của trẻ.

- Không có dấu hiệu được cải thiện.

2.3. Những nguyên nhân và ảnh hưởng của rối loạn tăng động giảm chú ý ở trẻ mầm non

a. Các nguyên nhân dẫn đến rối loạn tăng động giảm chú ý.

Cho đến nay các nhà khoa học chưa xác định được chính xác các nguyên nhân dẫn đến rối loạn tăng động giảm chú ý. Nhưng nhiều nghiên cứu, nhiều giả thuyết cho rằng tăng động giảm chú ý do gen di truyền, cấu trúc não bộ, các tác động từ môi trường sinh hoạt, chấn thương não,...

Cụ thể các yếu tố nguy cơ gây nên tăng động giảm chú ý như:

- Do những bất thường của cấu trúc não bộ.

- Do gen di truyền từ bố mẹ.

- Do sinh quá non, quá thiếu cân (dưới 32 tuần và dưới 2.5kg).

- Tổn thương não bộ từ nhỏ.

- Do người mẹ khi mang thai sử dụng rượu bia, thuốc lá, nhiễm độc hóa chất,...

- Rối loạn hoạt động dẫn truyền thần kinh trong não bộ.

- Một số phụ gia thực phẩm có trong một số đồ ăn sẵn, một số đồ ăn đóng hộp.

b. Những ảnh hưởng của tăng động giảm chú ý tới cuộc sống của trẻ.

Trẻ mắc rối loạn tăng động giảm chú ý thường gặp phải những khó khăn như:

- Tính khí nóng nảy, hay hành động bột phát, hung hăng, có xu hướng bạo lực.

- Hành động thiếu suy nghĩ vì vậy đôi khi làm nhiều hành vi nguy hiểm.

- Kết quả học tập thường thấp, khó khăn khi học các môn đòi hỏi sự tập trung cao, khó theo kịp bạn bè đồng trang lứa.

- Kỹ năng giao tiếp kém hơn các bạn cùng trang lứa, khó kết bạn và duy trì các mối quan hệ lâu dài.

- Gặp khó khăn khi vận động tinh (vận động khéo léo của đôi bàn tay và ngón tay).

- Hay bị rối loạn giấc ngủ, rối loạn hành vi, cảm xúc, hay có hành vi chống đối.

- Thường bị các bạn, người xung quanh chỉ trích, chê bai nên hình thành nhận thức tiêu cực về bản thân, cho rằng mình kém cỏi, lâu dần dễ mắc chứng rối loạn cảm xúc, trầm cảm,...

- Khi lớn lên dễ có nguy cơ lạm dụng rượu bia, chất gây nghiện.

2.4. Những khó khăn tâm lý của cha mẹ trẻ có con rối loạn tăng động giảm chú ý

- Khó khăn trong nhận biết các dấu hiệu chẩn đoán.

Nhiều bậc cha mẹ do chưa có kiến thức về tăng động giảm chú ý nên khi con mình có các biểu hiện của tăng động giảm chú ý không nhận biết được, chỉ cho rằng trẻ hiếu động, trẻ "ngịch giống bố nó" ngày xưa, hoặc cho rằng đó là cá tính của trẻ.

- Khó khăn trong việc chấp nhận tình trạng rối loạn tăng động giảm chú ý của con. Một số cha mẹ trẻ do tính sĩ diện quá cao, do quá kì vọng vào con mình hoặc do quan niệm cần tin tưởng con mình phát triển bình thường thì con mới phát triển tốt được,... nên dù có hiểu biết nhất định về tăng động giảm chú ý nhưng vẫn không thừa nhận tình trạng tăng động giảm chú ý ở con.

- Khó khăn trong việc tìm giải pháp. Ở một số cha mẹ, do có những hiểu biết về tăng động giảm chú ý nên nhận thức được và chấp nhận tình trạng con mình mắc rối loạn tăng động giảm chú ý. Tuy nhiên những cha mẹ này lại bối rối, không biết nên làm gì để con giảm tình trạng này, nên làm gì để giúp con hạn chế những khó khăn do tăng động giảm chú ý gây nên.

Những khó khăn này nếu được hỗ trợ, tư vấn sẽ giúp bố mẹ sớm nhận biết, chấp nhận tình trạng của con và biết được những gì cần làm để đồng hành cùng con, hỗ trợ con.

2.5. Một số biện pháp can thiệp sớm rối loạn tăng động giảm chú ý

Muốn tăng hiệu quả điều trị tăng động giảm

chậm, linh hoạt nhiều liệu pháp. Nhưng gia đình vẫn là yếu tố quan trọng nhất.

a. Biện pháp tâm lý: giáo dục hành vi

* Cách cha mẹ giáo dục hành vi cho trẻ ở nhà.

- Lập kế hoạch công việc hàng ngày cho con thật chi tiết, cụ thể và yêu cầu con thực hiện nghiêm túc.

- Sắp xếp không gian học tập thật yên tĩnh, tránh mọi tiếng ồn để con không bị phân tán chú ý.

- Cho con quyền được tự quyết định, lựa chọn một số hoạt động đơn giản.

- Hướng dẫn và khuyến khích nhẹ nhàng, chi tiết khi giao việc hoặc nói chuyện với con.

- Khi đã hứa với con nhất định phải thực hiện, hạn chế sự bất mãn, kích động, phản ứng mạnh ở con.

- Khen ngợi khi con làm tốt. Sự khen ngợi phải kịp thời và trung thực, lời khen phải diễn đạt ngắn gọn, rõ ràng và thay đổi cách diễn đạt để trẻ thấy thú vị.

- Khi trẻ có những hành vi không đúng, cha mẹ hãy khuyến khích nhẹ nhàng để trẻ hiểu và làm theo cái đúng.

- Khuyến khích trẻ tham gia chơi các môn thể thao, nghệ thuật, ... để rèn luyện sự tập trung và tính kỷ luật.

- Hạn chế sự có mặt của những đồ vật, âm thanh gây mất tập trung để trẻ có thể chú ý tốt nhất vào nhiệm vụ đang thực hiện.

- Khi thấy trẻ khó có thể duy trì tiếp vào nhiệm vụ, có thể cho trẻ được phép đi làm việc khác để khi quay trở lại trẻ có thể tập trung chú ý hơn.

* Cách dạy trẻ ở trường:

- Cho trẻ ngồi gần thầy cô giáo để có thể tập trung, chú ý và hạn chế sự phân tán chú ý bởi các bạn xung quanh.

- Giáo viên nên giao những bài tập ngắn, chia nhỏ các bài tập, yêu cầu trẻ hoàn thành hàng ngày, khích lệ và khen thưởng khi trẻ hoàn thành.

- Không để các bạn khác trêu chọc hay đùa thái quá vì trẻ nhạy cảm, rất dễ kích động, dễ nổi giận và hung tính.

* Trị liệu tâm lý hành vi bởi các nhà tâm lý học.

Đối với những trẻ mắc tăng động giảm chú ý ở mức độ nặng cần được trị liệu bởi các nhà tâm lý, các chuyên gia trị liệu để được hỗ trợ tốt nhất.

Quá trình trị liệu này thường được tiến hành can thiệp hành vi như:

- Giúp trẻ tổ chức và hoàn thành các nhiệm vụ trong học tập.

- Dạy trẻ cách để theo dõi hành vi của chính mình

- Khi trẻ thực hiện được những hành vi mong muốn, như kiểm soát được sự tức giận hay biết suy nghĩ trước khi hành động, hay ngồi chú ý trong thời gian lâu hơn ngày hôm trước,...trẻ sẽ được khen ngợi hoặc được phần thưởng. Từ đó trẻ sẽ học được quy tắc này và có động lực nỗ lực thực hiện những hành vi được khen thưởng, giảm những hành vi không mong muốn.

- Nhà tâm lý sẽ quy định rõ ràng những công việc và lịch trình thực hiện những công việc đó để giúp trẻ kiểm soát hành vi.

- Nhà trị liệu sẽ dạy trẻ các kỹ năng như: biết cách chờ đợi đến lượt mình, chia sẻ đồ chơi, nhận biết biểu cảm của người khác.

b. Biện pháp dùng thuốc

Có một số thuốc được dùng để điều trị rối loạn tăng động giảm chú ý như:

- Nhóm thuốc kích thích hệ thần kinh: các loại thuốc này kích thích não bộ sản sinh chất dẫn truyền thần kinh, giúp trẻ tập trung chú ý tốt hơn, giảm hiếu động.

- Nhóm thuốc không kích thích: những thuốc này giúp kiểm soát cảm xúc, giảm sự kích động quá mức ở trẻ.

- Nhóm thuốc chống trầm cảm: có hiệu quả trong một số trường hợp tăng động giảm chú ý có kèm tình trạng rối loạn cảm xúc, trầm cảm.

Ngoài ra còn có một số thuốc khác. Tuy nhiên thuốc tây chỉ giúp giảm các triệu chứng tạm thời, không chữa trị triệt để được và có thể gây nên các tác dụng phụ.

c. Biện pháp thay đổi chế độ ăn uống

* Những thực phẩm nên cho trẻ mắc chứng tăng động giảm chú ý ăn:

- Thực phẩm giàu protein: có nhiều trong trứng, thịt nạc, thịt bò, hải sản, sữa, hạt điều, hạt óc chó,... những thực phẩm này là nguồn cung cấp năng lượng ổn định cho não bộ, giúp kiểm soát chứng tăng động hiệu quả.

- Thực phẩm chứa nhiều chất xơ: rau xanh, củ quả, ngũ cốc nguyên hạt, trái cây, các loại đậu đỗ,... Những thực phẩm này giúp trẻ hấp thụ dinh dưỡng tốt hơn, đồng thời ngăn chặn quá trình tiêu hóa "ồ ạt" thức ăn, gây gia tăng đường trong máu quá mức.

- Thực phẩm giàu Omega-3: có nhiều trong cá hồi, cá thu, súp lơ trắng, quả óc chó, các loại dầu thực vật như dầu oliu, dầu hạt cải, dầu cá,... Những thực phẩm này đã được chứng minh giúp trẻ bớt nghịch ngợm, tập trung tốt hơn.

- Thực phẩm chứa nhiều sắt, kẽm, magie: thịt bò, thịt gà, tôm, cua, đậu hà lan, rau chân vịt, súp lơ xanh, cam, chuối, quả bơ, ngũ cốc nguyên hạt... Những vi chất này nếu bị thiếu sẽ khiến trẻ hiếu động, nghịch ngợm và kém tập trung vì vậy cần bổ sung đầy đủ.

* Những thực phẩm trẻ mắc chứng tăng động giảm chú ý không nên ăn:

- Đường và những đồ ăn ngọt: có thể ảnh hưởng đến hoạt động của não bộ khiến trẻ trở nên hiếu động, phấn khích, thiếu tập trung hơn vì vậy nên tránh cho trẻ ăn nhiều kẹo ngọt, nước uống có ga, mật ong, sữa đặc có đường,...

- Thực phẩm chứa nhiều chất phụ gia, chất bảo quản: có nhiều trong đồ ăn chế biến sẵn như lạp

xường, pizza, mì tôm, xúc xích, nước ngọt... có thể khiến trẻ thêm hiếu động, bốc đồng.

- Cafein và những chất kích thích: có thể ảnh hưởng đến hệ thần kinh khiến trẻ khó ngủ, giảm tập trung chú ý, nghịch ngợm hơn. Vì vậy cha mẹ không nên cho trẻ uống cà phê, nước tăng lực, socola đen, một số loại thuốc giảm đau chứa cafein...

- Các thực phẩm dễ gây dị ứng: như sữa, ngô, đậu tương, bánh mì, bánh quy và thức ăn chứa gluten... có thể gây dị ứng cho một số trẻ, khiến trẻ hiếu động, thiếu tập trung hơn. Cha mẹ cần chú ý sớm để phát hiện con mình dị ứng với loại thức ăn nào để tránh không cho trẻ ăn.

2.6. Tư vấn tâm lý cho cha mẹ trẻ về rối loạn tăng động giảm chú ý

a. Nội dung tư vấn cho cha mẹ trẻ về rối loạn tăng động giảm chú ý

- Giáo viên mầm non tư vấn cha mẹ tìm hiểu để nhận biết sớm các dấu hiệu tăng động giảm chú ý ở trẻ. Nội dung này có thể tiến hành mang tính phòng ngừa. Nếu cha mẹ có hiểu biết về các dấu hiệu tăng động giảm chú ý sẽ nhận biết sớm nếu con mình có dấu hiệu, nhờ đó trẻ có cơ hội được can thiệp trị liệu sớm, đạt hiệu quả cao.

- Trong quá trình chăm sóc và giáo dục trẻ, nếu trẻ có một số dấu hiệu ở mức độ nhẹ, giáo viên mầm non có thể tư vấn cha mẹ vận dụng biện pháp giáo dục hành vi ở nhà, thay đổi chế độ ăn uống, sinh hoạt.

- Nếu trẻ có nhiều dấu hiệu ở mức độ vừa và nặng, hoặc sau một thời gian cha mẹ áp dụng các biện pháp hỗ trợ trẻ tại nhà không tiến triển, giáo viên mầm non nên tư vấn bố mẹ cần cho trẻ đến gặp các chuyên gia tâm lý để được điều trị.

b. Hình thức tư vấn

- Để cha mẹ trẻ có thể nhận biết sớm các biểu hiện tăng động giảm chú ý có thể sử dụng hình thức tọa đàm, hội thảo.

- Đối với các cha mẹ trẻ có dấu hiệu mắc rối loạn tăng động giảm chú ý, giáo viên có thể sử dụng hình thức trò chuyện, trao đổi. Quá trình trao đổi này có thể tiến hành trong giờ đón, trả trẻ và trong những buổi gặp riêng để trao đổi kỹ lưỡng.

c. Kỹ năng sử dụng trong quá trình tư vấn

Để tư vấn tâm lý cho cha mẹ trẻ về tăng động giảm chú ý, nhà tư vấn có thể vận dụng các kỹ năng như:

- Kỹ năng thiết lập mối quan hệ: kỹ năng này để tạo lập mối quan hệ và niềm tin giữa giáo viên mầm non- người tư vấn với cha mẹ trẻ - người được tư vấn. Có mối quan hệ tốt, có niềm tin thì quá trình tư vấn mới đem lại hiệu quả.

- Kỹ năng lắng nghe: trong tư vấn tâm lý lắng nghe chủ động đóng vai trò vô cùng quan trọng, giúp người tư vấn nắm bắt được đầy đủ thông tin và cảm xúc của người được tư vấn. Lắng nghe hiệu quả xây dựng lòng tin, thể hiện sự tôn trọng và

đồng cảm, khuyến khích người được tư vấn chia sẻ thông tin cởi mở hơn, đồng thời củng cố mối quan hệ hợp tác giữa hai bên.

- Kỹ năng quan sát: Trong quá trình tư vấn, kỹ năng quan sát đóng vai trò then chốt, hỗ trợ đánh giá khách quan và cung cấp dữ liệu xác thực về đối tượng. Việc giải mã các thông điệp phi ngôn ngữ cho phép người tư vấn nắm bắt được suy nghĩ và cảm xúc sâu kín của trẻ và cha mẹ trẻ. Do đó, quan sát nên được thực hiện xuyên suốt tiến trình tư vấn, không gián đoạn.

- Kỹ năng phát hiện vấn đề: Năng lực phát hiện vấn đề là quá trình ứng dụng kiến thức, trải nghiệm nhằm xác định các biểu hiện tiềm ẩn. Các dấu hiệu này chỉ ra rằng cha mẹ trẻ đang gặp thách thức trong việc nuôi dưỡng, dạy dỗ trẻ, đòi hỏi sự hỗ trợ. Đồng thời, kỹ năng này còn giúp phát hiện những vấn đề cấp bách ở trẻ em, từ đó có biện pháp can thiệp phù hợp, kịp thời.

- Kỹ năng đặt câu hỏi: Hỏi trong tư vấn là kỹ năng ứng dụng kiến thức và trải nghiệm, thông qua việc đặt câu hỏi một cách có chủ đích. Mục tiêu là tác động đến cảm xúc, tư duy và hành vi của người được tư vấn, đồng thời khuyến khích họ thổ lộ. Qua đó, thu thập thông tin, hỗ trợ đối tượng tự nhận thức về bản thân, hoàn cảnh và thúc đẩy sự thay đổi tích cực.

- Kỹ năng phản hồi: Trong quá trình tư vấn tâm lý, kỹ năng phản hồi là yếu tố cốt lõi để xác thực thông tin và thể hiện sự đồng cảm sâu sắc với đối tượng. Mục đích là để khơi gợi sự tự nhận thức về thế giới bên trong của họ, từ đó thúc đẩy sự thay đổi tích cực.

- Kỹ năng thấu hiểu: Với một nhà tư vấn, việc có kỹ năng thấu hiểu đóng vai trò như chìa khóa để mở thế giới nội tâm, cảm xúc ngầm ẩn của trẻ và cha mẹ trẻ, giúp nhà tư vấn hiểu đúng và sâu sắc các vấn đề của trẻ nhỏ, tạo sự an toàn, tin tưởng ở trẻ và cha mẹ trẻ, từ đó đưa ra những hỗ trợ phù hợp nhằm giúp trẻ phát triển lành mạnh về tâm lý - xã hội.

- Kỹ năng đánh giá vấn đề: đánh giá vấn đề là việc làm hết sức cần thiết để thu thập dữ liệu cho việc phòng ngừa, can thiệp, giúp người cần tư vấn nhận thức đúng vấn đề, từ đó nâng cao năng lực giải quyết những khó khăn, vướng mắc gặp phải.

- Kỹ năng xây dựng và tổ chức hoạt động phòng ngừa: Kỹ năng xây dựng và tổ chức hoạt động phòng ngừa trong tư vấn tâm lý là một tập hợp các năng lực chuyên môn nhằm thiết kế, triển khai và điều phối các hoạt động để ngăn chặn sớm hoặc giảm thiểu nguy cơ xuất hiện, phát triển các vấn đề tâm lý trong nhóm đối tượng cụ thể.

- Kỹ năng lập và lưu giữ hồ sơ: Việc lập và lưu giữ hồ sơ trong tư vấn tâm lý nói chung, tư vấn tâm lý giáo dục mầm non nói riêng có một vị trí quan trọng bởi: giúp phát hiện sớm và can thiệp kịp thời các vấn đề tâm lý của trẻ; tạo cơ sở khoa học cho việc đánh giá hiệu quả của hoạt động tư vấn; góp

phần xây dựng môi trường giáo dục mầm non an toàn, thân thiện và phát triển toàn diện cho trẻ.

3. Kết luận

Năng lực tư vấn tâm lý trong giáo dục mầm non nói chung, năng lực tư vấn tâm lý về tăng động giảm chú ý cho cha mẹ trẻ trong giáo dục mầm non nói riêng có ý nghĩa vô cùng quan trọng trong việc nâng cao hiệu quả chăm sóc và giáo dục trẻ mầm non. Việc trang bị những kiến thức, kỹ năng về tư vấn tâm lý, những biểu hiện tâm lý bình thường và những vấn đề tâm lý bất thường ở trẻ, các nguyên nhân và biện pháp can thiệp sớm, những khó khăn tâm lý mà trẻ và cha mẹ trẻ gặp phải nếu con họ mắc rối loạn tăng động giảm chú ý,... sẽ giúp giáo viên có năng lực tư vấn tâm lý trong giáo dục mầm non. Điều này nên được rèn luyện ngay từ khi còn là sinh viên và tiếp tục rèn luyện, bồi dưỡng trong quá trình lao động nghề giáo viên mầm non ■

Tài liệu tham khảo

- [1]. Trần Thị Minh Đức (2022). *Giáo trình tham vấn tâm lý*. Hà Nội: Nxb. Đại học Quốc gia Hà Nội.
- [2]. Hoàng Thị Hạnh, Trần Văn Công (2019). *Giáo dục hòa nhập cho trẻ tăng động giảm chú ý*. Hà Nội: Nxb. Giáo dục Việt Nam.
- [3]. Lê Khanh (2020). *Cẩm nang chăm sóc tâm lý trẻ em*. <http://tamlytreem.com>
- [4]. Nguyễn Đức Sơn (chủ biên) (2020). *Tài liệu bồi dưỡng cho cán bộ, giáo viên làm công tác tư vấn tâm lý trong trường phổ thông*. Hà Nội: Nxb. Giáo dục Việt Nam.

The initial step to develop the capacity to “provide psychological counseling to the parents of children with attention deficit hyperactivity disorder” for the students majoring in preschool education

Nguyen Thi Hoi

Vinh Phuc College - Email: giadinhyeuthuong2011@gmail.com.

Abstract: To provide good care and education for preschool children, preschool teachers need a deep understanding of child psychology. This includes understanding normal psychological characteristics, abnormal psychological problems in children, the causes and effects of these problems, and the psychological difficulties faced by children and their parents. For the children with attention deficit hyperactivity disorder (ADHD), preschool teachers need to understand the concept, signs, causes, and effects on preschool children, the psychological difficulties parents face when their children have this disorder, some early intervention measures, and the content, forms, and skills of psychological counseling for parents. This will help teachers develop the capacity for psychological counseling in preschool education. This capacity needs to be cultivated from the time they are students and continuously developed throughout their careers as preschool teachers.

Keywords: Psychological counseling, attention deficit hyperactivity disorder.