

# HƯỚNG ĐI KHI ĐƯỢC CHẨN ĐOÁN RỐI LOAN PHỔ TỰ KỶ

Bản hướng dẫn toàn diện cho các gia đình

CENTER  
BOSTON  
MEDICAL

The Autism Program




Chương Trình Can Thiệp cho Người Tự Kỷ tại Trung Tâm Y Tế Boston (Boston Medical Center) với mục đích hỗ trợ quý vị cùng gia đình tìm hướng đi khi được chẩn đoán Rối loạn Phổ Tự Kỷ (Autism Spectrum Disorder, ASD).

Đề biết thêm thông tin về sự hỗ trợ của chúng tôi, vui lòng truy cập [www.bmc.org/autism](http://www.bmc.org/autism). Đối với các người bệnh thuộc Trung Tâm Y Tế Boston, nếu mong muốn tìm hiểu về chương trình mới của bệnh viện chúng tôi, "Thân Thiện với Người Tự Kỷ" (Autism Friendly), hãy truy cập [www.bmc.org/visiting-us/autism-friendly-initiative](http://www.bmc.org/visiting-us/autism-friendly-initiative)



 [autismprogram@bmc.org](mailto:autismprogram@bmc.org)

 [www.bmc.org/autism](http://www.bmc.org/autism)

 617.414.3842



# Mục Lục

## 2 Hiêu về ASD

Tim Kiêm Nguồn Thông Tin Chính Xác  
Điều Quan Trọng Cần Ghi Nhớ  
Câu Hỏi Thường Gặp  
Dấu Hiêu Sớm của ASD  
Tiêu Chuẩn Chân Đoan  
Quy Trình Chân Đoan

## 10 Lâm Tương và Sự Thật

Lâm Tương và Sự Thật

## 13 Dịch Vụ & Liều Pháp Điều Trị

Can Thiệp Sớm (Early Intervention, EI)  
Những Loại Hình Chuyên Gia EI  
Giáo Dục Đặc Biệt  
Chương Trình Giáo Dục Cá Nhân Hoá  
Định Hướng Trong IEP  
Lịch Trình Giáo Dục Đặc Biệt  
Hỗ Trợ Ung Hộ Giáo Dục Đặc Biệt  
Nguồn Lực Cho Thanh Thiêu Niên  
Liều Pháp Điều Trị Ngoại Trú

## 24 Nguồn Lực Trong Công Đông

Hỗ Trợ Từ Gia Đình  
Hỗ Trợ Anh Chị Em  
Phục Lợi Từ Chính Phủ

## 29 Phát Triển Kỹ Năng

Tạo Lập Thói Quen  
Ăn Uống, Vệ Sinh, Giữ An Toàn,  
Ngủ Nghỉ Chuyển Dịch  
Sự Chuyển Tiếp  
Khuyến Khích Hành Vi Theo Nhu Cầu

### Hướng dẫn này sử dụng mã QR!

Xuyên suốt hướng dẫn này, tất cả các liên kết và biểu mẫu cần thiết sẽ đều có dưới dạng mã QR. Để truy cập, mở ứng dụng máy ảnh trên điện thoại thông minh của quý vị, đưa máy về phía mã và truy cập vào liên kết xuất hiện! Quý vị cũng có thể nhấp trực tiếp vào mã nếu đang xem hướng dẫn này trên máy tính. \*Vui lòng lưu ý rằng một vài thiết bị có thể sẽ yêu cầu quý vị phải tải thêm phần mềm đọc mã QR (miễn phí) trong cửa hàng ứng dụng.

# Tìm Kiếm Những Thông Tin Chính Xác

Vào thời điểm nhận được chẩn đoán cho con của quý vị, quý vị nên hỏi rằng bước tiếp theo cần phải làm gì. Dù có rất nhiều thông tin về ASD trên mạng, chúng tôi khuyến cáo quý vị nên chọn lựa nguồn thông tin một **cách đúng đắn**. Không phải nguồn nào cũng đưa ra những thông tin phù hợp với tình huống của quý vị và trong vài trường hợp, thông tin tìm được có thể không hoàn toàn chính xác.

Việc đặt câu hỏi cho bác sĩ điều trị của con quý vị hoặc các gia đình khác, những người cũng đang tìm hướng đi khi được chẩn đoán tự kỷ, về các **thông tin từ trang mạng và bài viết** có thể sẽ giúp ích cho quý vị. Chúng tôi đã tuyển chọn dưới đây một vài trang mạng yêu thích để quý vị có thể truy cập được các thông tin rõ ràng, dễ hiểu và chính xác về ASD cùng những nguồn tin khác có liên quan.

“Lời khuyên của tôi dành cho các gia đình là hãy đối xử dịu dàng với bản thân và con trẻ. Đừng quá đặt nặng vấn đề thành tựu và thành công, việc cảm thấy hạnh phúc và hài lòng mới là điều quan trọng hơn trong cuộc sống.”



Nhập vào hoặc  
Quét bằng Điện  
Thoại



Chương Trình Can  
ThIỆP Cho Người  
Tự Kỷ BMC



Trung Tâm Kiểm  
Soát và Phòng  
Ngừa Dịch Bệnh



Mayo  
Clinic



Viện Hàn Lâm  
Nhi Khoa



Nghiên Cứu  
về Tự Kỷ

# Điều Quan Trọng Cần Ghi Nhớ



- Tự kỷ mang tính chất **PHỔ**, có nghĩa rằng không có hai người được chẩn đoán sẽ có những điểm mạnh, vấn đề khó khăn, sở thích và sở ghét giống nhau.
- Dù ASD thường được chẩn đoán vào lúc nhỏ, tình trạng này sẽ **KÉO DÀI SUỐT ĐỜI**.
- Một vài người có thể sẽ luôn **BỊ TÁC ĐỘNG** khi được chẩn đoán theo một cách nào đó, dù có thể họ không cần đến những hỗ trợ đặc biệt.



- Tự kỷ mang tính chất khác biệt, **ĐÂY LÀ ĐIỀU CHẮC CHẮN**.
- Tự kỷ không **BIỂU HIỆN** theo một cách nhất định, đôi khi tình trạng này được xem là “chẩn đoán vô hình” vì không thể “quan sát” được.
- “Việc điều trị” cho tình trạng tự kỷ mang tính giáo dục/liệu pháp. Không có biện pháp can thiệp **Y TẾ** nào cho ASD, ví dụ như một loại thuốc hay biện pháp điều trị cụ thể tại bệnh viện.

# Câu Hỏi Thường Gặp

**Việc con của quý vị nhận chẩn đoán mắc tự kỷ có thể sẽ khiến quý vị cảm thấy nặng nề.** Quý vị có thể sẽ trải qua nhiều loại cảm xúc khác nhau, từ bối rối đến hoang mang, buồn bã, lo sợ hay thậm chí là nhẹ nhõm. Điều quan trọng mà quý vị nên biết là **tất cả cảm xúc này là hoàn toàn bình thường**, việc chia sẻ với những người mà quý vị tin tưởng có thể giúp quý vị suy nghĩ thông suốt hơn và quyết định được rằng bước tiếp theo nên làm gì. **Hãy nhớ rằng quý vị không cô đơn.**

Chúng tôi chia sẻ dưới đây một vài câu hỏi mà các gia đình thường đặt ra trong quá trình tìm hướng đi khi mới nhận được chẩn đoán.



## CÂU HỎI

Điều gì khiến con tôi bị tự kỷ?

### SỰ THẬT

Không có **nguyên nhân cụ thể** nào dẫn đến Rối Loạn Phổ Tự Kỷ. Các nhà nghiên cứu liên tục tìm thấy bằng chứng chỉ ra rằng nguyên nhân có thể xuất phát từ việc kết hợp các yếu tố di truyền, môi trường và sinh học. Điều quan trọng cần ghi nhớ là **tự kỷ không phải bắt nguồn từ một việc gì đó mà quý vị có thể đã làm hoặc không làm.** Có một vài hội chứng di truyền liên quan đến ASD (ví dụ, hội chứng Rett và Fragile X) khi mà yếu tố di truyền được cho là một nguyên nhân. Quý vị cũng có thể chọn gặp và trao đổi với một nhà tư vấn di truyền để có thêm thông tin về những nguyên nhân hoặc mối liên quan về mặt di truyền có thể gây ra ASD.



**Xét Nghiệm về Di Truyền**

# Câu Hỏi Thường Gặp

## CÂU HỎI

Đâu là phương pháp điều trị tự kỷ? Con tôi có thể sử dụng loại thuốc nào không?

## SỰ THẬT

Không có **một phương pháp điều trị y tế nào** cho tự kỷ và không có bất kỳ loại thuốc nào có thể điều trị tất cả các triệu chứng cốt lõi của hội chứng này. “Việc điều trị” tự kỷ về bản chất mang tính giáo dục và liệu pháp, tập trung vào việc giảng dạy phù hợp có tính cá nhân hoá cho con của quý vị. Nhiều liệu pháp và biện pháp hỗ trợ tập trung vào việc hình thành **giao tiếp ứng dụng** và **kỹ năng độc lập**, giúp hỗ trợ hành vi, khám phá ra các nhu cầu giác quan và phát triển kỹ năng xã hội. Vì điểm mạnh và sự khó khăn mà mỗi đứa trẻ gặp phải là khác nhau, mỗi trẻ sẽ cần được kết hợp các chương trình và dịch vụ khác nhau để phù hợp nhất với hồ sơ xã hội và học tập của trẻ. Các dịch vụ can thiệp sớm và tích cực có thể giúp tiến triển khả năng, dù rằng việc học có thể và nên kéo dài suốt đời. **Điều quan trọng là phải trao đổi với bác sĩ lâm sàng của trẻ cùng đội ngũ tại trường học để quyết định về các dịch vụ và hỗ trợ giúp ích nhất cho trẻ.**



Sự Thật về Tự  
Kỷ

Việc hiểu biết về các liệu pháp đã được chứng minh và những liệu pháp cần được nghiên cứu thêm hoặc chưa được chứng minh có thể sẽ giúp ích cho quý vị. Các trang mạng sau đây có thể sẽ có ích khi quý vị tìm hiểu về các chủ đề này:



Tổ Chức Khoa Học  
Về Tự Kỷ



Tiêu Chuẩn  
Quốc Gia



Khoa Học về  
Tự Kỷ

# Câu Hỏi Thường Gặp

## CÂU HỎI

Liệu con tôi sẽ luôn sống với chẩn đoán này suốt đời không?

### Câu trả lời

Không có "**cách điều trị**" cho tự kỷ, và những người mắc hội chứng này có thể bị ảnh hưởng bởi chẩn đoán này trong suốt cuộc đời họ theo cách nào đó. Dù không có điều gì có thể dự đoán trước tương lai về **quỹ đạo phát triển** đối với bất kỳ một đứa trẻ cụ thể nào, chúng tôi biết rằng những người tự kỷ có thể học đại học, có sự nghiệp, lập gia đình và sống độc lập. "Biểu hiện" của con quý vị vào thời điểm nhận được chẩn đoán không nhất thiết giống như vậy khi trẻ lớn lên, phát triển và học được những kỹ năng mới.



**Tôi phải nói với con mình như thế nào?**

## CÂU HỎI

Tôi không biết liệu mình có muốn chia sẻ cho bất kỳ ai về chẩn đoán của con tôi hay không. Tôi lo lắng về cách mà họ sẽ phản ứng lại. Tôi nên làm gì?

### Câu trả lời

Việc có chia sẻ hay không, chia sẻ khi nào và như thế nào về tình trạng của con quý vị là **lựa chọn cá nhân của quý vị**. Trong một vài trường hợp, việc chia sẻ về chẩn đoán tự kỷ của trẻ sẽ giúp trẻ nhận được nhiều dịch vụ bổ sung hơn (VD: chia sẻ với học khu của con quý vị hoặc một nhà cung cấp dịch vụ bên ngoài). Chia sẻ về tình trạng với trẻ có thể giúp chúng hiểu rõ hơn rằng điều gì khiến mình trở nên khác biệt. Điều này cũng có thể giúp ích cho trẻ **trong việc hỗ trợ bản thân sau này khi trưởng thành**.

Việc trao đổi với bác sĩ lâm sàng của trẻ và những người khác về cách mà quý vị chia sẻ về tình trạng của trẻ có thể sẽ giúp ích.



**Tiết Lộ về Tự Kỷ**



# Dấu Hiệu Sớm của ASD

**Rối Loạn Phổ Tự Kỳ (Autism Spectrum Disorder, ASD)** là một rối loạn phát triển phức tạp có thể ảnh hưởng đến khả năng tương tác, giao tiếp và hành vi xã hội. Dù các “triệu chứng” của tự kỷ có thể khác biệt đối với mỗi người, chúng thường được phân loại theo khó khăn trong các lĩnh vực **giao tiếp xã hội và các kiểu hành vi, sở thích và/hoặc hoạt động bị hạn chế hoặc lặp đi lặp lại**.

Một vài dấu hiệu sớm của ASD, đặc biệt là ở trẻ nhỏ, bao gồm:

## Kỹ Năng Tương Tác và Giao Tiếp Xã Hội

- Không hứng thú hoặc gặp khó khăn trong việc chơi với bạn bè đồng trang lứa
- Sự biến đổi trong các kỹ năng giao tiếp bằng ngôn ngữ và/hoặc sử dụng ngôn ngữ theo cách đặc biệt (VD: Lặp đi lặp lại)
- Gặp khó khăn trong việc hiểu những lời trêu đùa hoặc các sắc thái giao tiếp

## Hành Vi Bị Hạn Chế hoặc Lặp Đi Lặp Lại

- Thiếu giao tiếp bằng mắt, ít/không phản hồi lại khi được gọi tên, thiếu hành vi chia sẻ và chỉ trỏ hoặc bày tỏ
- Chơi theo cách lặp đi lặp lại (VD: xoay bánh xe ô tô)
- Gặp khó khăn trong việc chuyển từ một hoạt động sang hoạt động tiếp theo

## Các Đặc Điểm Khác

- Mất các kỹ năng mà trẻ từng học được
- Phản ứng khác lạ với các kích thích giác quan (VD: tránh đụng chạm, bịt tai lại ở nơi ồn ào hoặc có khả năng chịu đau tốt)

# Tiêu Chuẩn Chẩn Đoán

Để có thể chẩn đoán mắc ASD, trẻ phải có các tiêu chuẩn chẩn đoán trong **Sở Tay Chẩn Đoán và Thống Kê Các Rối Loạn Tâm Thần (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, DSM-5)** xuất bản bởi Hiệp Hội Tâm Thần Học Hoa Kỳ vào năm 2013. Có hai phạm vi chính được xem xét:

1. Giao tiếp xã hội
2. Sở thích cố định và hành vi hoặc hoạt động lặp đi lặp lại

Việc chẩn đoán ASD cũng bao gồm **thang đo mức độ** từ nhẹ đến nặng để làm rõ mức độ hỗ trợ mà một cá nhân cần để định hướng các hoạt động hành vi và xã hội trong cuộc sống của họ.

Điều quan trọng cần biết là **mức độ nặng** chỉ dựa trên một giai đoạn ngắn và không thể chỉ ra được mức độ cải thiện mà con của quý vị có thể đạt được theo thời gian.



# Quy Trình Chẩn Đoan

ASD được chẩn đoán bởi một bác sĩ lâm sàng được đào tạo chuyên sâu về sự phát triển và hành vi của trẻ (VD: **Bác Sĩ Chuyên Khoa Nhi về Hành Vi Phát Triển, Nhà Thân Kinh Học, Nhà Tâm Lý Học, Điều Dưỡng Thực Hành Nâng Cao**, v.v.). Đây là một chẩn đoán mang tính quan sát, không thể được thực hiện thông qua kiểm tra y tế nào như chụp sọ não hay xét nghiệm máu.



**Một bác sĩ lâm sàng** có chuyên môn đánh giá Rối Loạn Phổ Tự Kỷ sẽ phỏng vấn người chăm sóc trẻ, các giáo viên và nhà trị liệu về hành vi của trẻ.

01



Họ sẽ đánh giá các **kỹ năng, điểm mạnh và khó khăn trẻ gặp phải** và lắng nghe về bất kỳ mối lo ngại nào mà quý vị có thể có về sự phát triển của trẻ.

02



Xuyên suốt những quá trình này, họ sẽ **chẩn đoán hoặc loại trừ** chẩn đoán ASD, đồng thời chia sẻ bất kỳ lo ngại nào khác mà họ có thể có về sự phát triển của con quý vị. Họ cũng có thể khuyến nghị về các dịch vụ và sự hỗ trợ mà quý vị nên tìm hiểu cho con của mình.

03

# Lâm Tương và Sự Thật

## LÂM TƯƠNG

Có thể điều trị dứt điểm tự kỷ

## SỰ THẬT

Tự kỷ là một tình trạng sẽ **kéo dài suốt cuộc đời**. Các dịch vụ và sự can thiệp cá nhân hóa, đặc biệt khi trẻ còn bé, có thể giúp trau dồi những kỹ năng quan trọng và lý tưởng nhất là hướng đến một cuộc sống độc lập nhất có thể. Tuy nhiên, ASD không thể được "điều trị dứt điểm".

## LÂM TƯƠNG

Chỉ có các bé trai mới mắc chứng tự kỷ.

## SỰ THẬT

Dù tự kỷ phổ biến hơn gấp bốn lần ở các bé trai so với bé gái, **cả bé gái và bé trai đều có thể được chẩn đoán mắc ASD**. Hành vi được gọi là "**giấu kín**" có thể xảy ra ở nữ giới, họ có thể không thể hiện ra hoặc che giấu các triệu chứng hoặc hành vi mà những người khác xem là gây phiền phức. Việc "giấu kín" các dấu hiệu hoặc đặc điểm tự kỷ này có thể khiến việc chẩn đoán trở nên khó khăn hơn và dẫn đến việc họ được chẩn đoán muộn hơn.



# Lâm Tương và Sự Thật

## LÂM TƯƠNG

Những người mắc chứng tự kỷ đều có IQ thấp hoặc khả năng giống như “nhà bác học”...

## SỰ THẬT

Những người tự kỷ có **các khả năng học hỏi, kỹ năng nhận thức và IQ khác nhau**. Dù một vài người có các bộ kỹ năng trên trung bình trong một vài lĩnh vực (đôi khi ở mức **“kỹ năng bác học”**), nhiều người chỉ đơn giản là có điểm mạnh và gặp khó khăn như bất kỳ một người nào khác. Điều quan trọng cần nhớ là khiếm khuyết về mặt trí tuệ không đồng nghĩa với mắc chứng tự kỷ và phải được đánh giá cũng như chẩn đoán riêng biệt với ASD.

## LÂM TƯƠNG

Người mắc chứng tự kỷ không thích bị chạm vào.

## SỰ THẬT

Một vài sự **nhạy cảm về giác quan** nhất định có thể xảy ra ở vài cá nhân, tuy nhiên, không phải ở tất cả mọi người bị tự kỷ. Có người thì không thích bị chạm vào, nhưng người khác lại có thể sẽ muốn có cảm giác áp lực như khi được ôm hoặc đắp chăn. Có người thì cảm thấy quá tải với tiếng ồn lớn, nhưng người khác có thể tận hưởng tiếng vang từ trống. Việc chú ý đến các nhu cầu cảm nhận đặc biệt, sở thích và sở ghét của con quý vị là điều cần thiết.

*“Tôi muốn con biết rằng mình được yêu. Và không sao cả khi con được là chính mình. Dù con có khác biệt hoặc gặp khó khăn trong một vài vấn đề thì cũng hoàn toàn bình thường. Mọi thứ đều sẽ ổn. Con sống đúng với bản thân là được.”*



# Lâm Tương và Sự Thật

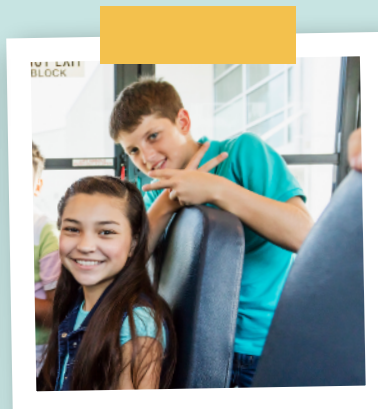
## LÂM TƯƠNG

Người mắc ASD không có cảm xúc hoặc không tìm kiếm sự kết nối với những người khác.

## SỰ THẬT

**Điều này hoàn toàn không chính xác.** Toàn bộ những người mắc chứng tự kỷ đều có các suy nghĩ, cảm xúc và trạng thái khác nhau, dù họ có thể hiện những điều này một cách khác lạ. Hãy nhớ rằng, việc một người không thể hiện cảm xúc (sự không thoải mái, phấn khích, hoang mang) bằng lời nói không có nghĩa rằng họ không cảm nhận được chúng hoặc thể hiện chúng theo những cách khác. Giao tiếp không phải chỉ bằng ngôn từ. Chúng ta giao tiếp bằng **cơ thể, cử chỉ và biểu cảm**.

Nhiều người tự kỷ tìm kiếm tình bạn, tình yêu, sự đồng hành và sự liên kết. Việc người tự kỷ nhận được lợi ích từ việc được chỉ dạy về các kỹ năng tương tác xã hội không có nghĩa rằng họ không hứng thú hoặc không thể hình thành sự liên kết với những người khác. Việc tìm kiếm những cách khác biệt để kết nối với con quý vị, ví dụ như hình thành trên **sở thích** và **điểm mạnh** của trẻ có thể mang lại hiệu quả đáng kể.



# Can Thiệp Sớm (Early Intervention, EI)

**Can Thiệp Sớm (Early Intervention, EI)** là một chương trình tiểu bang/liên bang miễn phí có thể tập trung vào sự phát triển của trẻ từ khi sinh ra cho đến khi lên ba tuổi cùng gia đình của trẻ. Bất kỳ ai cũng có thể giới thiệu trẻ đến với chương trình EI, bao gồm cả những người chăm sóc cho trẻ. Trẻ đủ điều kiện tiếp nhận dịch vụ EI dựa trên **các đánh giá, yếu tố nguy cơ, tình trạng khiếm khuyết được ghi nhận và xem xét trên lâm sàng.**

Dịch vụ được cung cấp trong “môi trường tự nhiên” (như tại nhà, ở trung tâm chăm sóc ban ngày, trường mầm non và/hoặc các địa điểm cộng đồng).



# Những Loại Hình Chuyên Gia EI



EI ký kết hợp đồng với các Nhà Cung Cấp Dịch Vụ Đặc Biệt (SSPs), như các cơ quan ABA, để cung cấp dịch vụ bổ sung cho những trẻ được chẩn đoán mắc ASD.

Một vai địa điểm có thể sẽ có dịch vụ bổ sung như **Nhóm Phụ Huynh, Nhóm Trẻ Em và Nhóm Phụ Huynh-Trẻ Em.**

Nguồn để tìm kiếm thông tin về các SSP tại Massachusetts được liệt kê dưới đây:



**Chương Trình EI  
Trong Công  
Đông**



**LIÊN KẾT  
Gia Đình**



# Giao Dục Đặc Biệt

Luật pháp tiêu bang và liên bang quy định rằng mọi trẻ em trong độ tuổi đi học (3-22) và có tình trạng khiếm khuyết sẽ được tiếp nhận “nên giao dục công miễn phí và phù hợp,” còn được gọi là **FAPE**.

Các luật này bao gồm:

- **Đạo Luật Giao Dục Người Khuyết Tật (The Individuals with Disabilities Education Act, IDEA)**
- **Mục 504 của Đạo Luật Phục Hồi Chức Năng (Rehabilitation Act)**



**Các Trường Công Lập Tại Boston**



**Hương Dân Giao Dục Đặc Biệt**

Các trẻ đủ điều kiện tiếp nhận dịch vụ giao dục đặc biệt có thể đến trường vào bất kỳ thời gian nào trong năm khi trẻ đủ 3 tuổi và không cần phải chờ đợi đến thời điểm bắt đầu năm học vào mỗi mùa thu.

**Lời Nhắc Nhớ Thiết Thực:**

Lưu giữ nhật ký và bản sao của tất cả các thông tin liên lạc và thư từ với trường học.



# Chương Trình Giáo Dục Cá Nhân Hóa (Individualized Education Program, IEP)

Khi trẻ tròn 2,5 tuổi, El sẽ bắt đầu hỗ trợ các gia đình trong việc chuyên môn học khu địa phương tiếp nhận các dịch vụ giáo dục đặc biệt thông qua **Chương Trình Giáo Dục Cá Nhân Hóa (IEP)**.

Luật pháp quy định rằng các học sinh đủ điều kiện tiếp nhận Chương Trình Giáo Dục Cá Nhân Hóa (IEP) phải được đáp ứng những nhu cầu đặc biệt trong “**môi trường ít hạn chế nhất**” (LRE) và rằng không trẻ nào bị từ chối cung cấp dịch vụ học tập bởi tình trạng khiếm khuyết của mình.

Các chương trình IEP được xem xét hàng năm và đánh giá chính thức mỗi ba năm một lần. Điều quan trọng cần biết là quý vị có thể tập hợp được đội ngũ giáo dục đặc biệt để thảo luận về sự phát triển của trẻ và về những lo ngại quý vị có vào bất kỳ thời điểm nào.

IEP cũng nên nêu rõ rằng liệu trẻ có được đưa đến trường và về nhà không, đồng thời có nhận được **dịch vụ chương trình năm học kéo dài (ESY) vào mùa hè hay không**.



# Chương Trình Giáo Dục Cá Nhân Hóa (Individualized Education Program, IEP)

**Các dịch vụ IEP bao gồm:** Trị liệu lời nói và ngôn ngữ, hoạt động tri giác, vật lý trị liệu, ABA, kỹ năng xã hội và hơn thế nữa.

Các môi trường lớp học đặc biệt (VD: lớp học cho trẻ khiếm khuyết nói chung, cho trẻ khiếm khuyết cụ thể, chuyên về tự kỷ hoặc dựa theo ABA), môi trường “đồng tích hợp” hoặc “bao gồm” hay môi trường “giáo dục chung” với sự hỗ trợ.

**“Khung dịch vụ”** là để chỉ một trong những trang cuối cùng của IEP, nêu rõ những dịch vụ mà học sinh có thể nhận được thông qua chương trình giáo dục đặc biệt. Mỗi một dịch vụ trong khung đều đi kèm ngày bắt đầu và kết thúc, tần suất/thời gian và cách mà dịch vụ kết nối với các mục tiêu của IEP.



**“Dịch vụ trực tiếp”** là để chỉ các hỗ trợ/liệu pháp được cung cấp trực tiếp cho học sinh theo hình thức 1:1 hoặc theo nhóm và tập trung vào các mục đích cùng mục tiêu của IEP.



**“Dịch vụ gián tiếp”** là để chỉ các hỗ trợ/dịch vụ được cung cấp theo hình thức tư vấn cho các chuyên gia khác đang làm việc cùng học sinh (ví dụ như giáo viên của học sinh) và tập trung vào các mục đích cùng mục tiêu của IEP.

“Với tư cách một người bố/mẹ, QUÝ VỊ là người hỗ trợ tuyệt vời nhất cho con trẻ. Về mặt pháp lý, quý vị có quyền và phải được thông báo về toàn bộ các dịch vụ có thể được cung cấp cho con. Quý vị càng tham gia nhiều, càng đóng góp nhiều thì kết quả nhận lại được càng tốt đẹp hơn!”

# Tìm Hướng Đi với IEP: Những Điều Quan Trọng Cần Ghi Nhớ

- Toàn bộ quá trình diễn ra IEP cùng các dịch vụ và sự hỗ trợ mà con quý vị nhận được thông qua chương trình IEP là **hoàn toàn miễn phí**. Không cần phải chi trả bất kỳ khoản phí hay số tiền nào liên quan đến các dịch vụ giáo dục đặc biệt.
- Quý vị có quyền yêu cầu **thông dịch viên**, và mọi cuộc gặp đều nên được tiến hành theo ngôn ngữ quý vị mong muốn. Nếu quý vị tham dự và cuộc gặp và thông dịch viên không có mặt, quý vị có quyền đưa ra yêu cầu yêu cầu hủy hoặc dời lịch gặp mặt.
- Chương trình IEP của con quý vị sẽ được dịch theo **ngôn ngữ mong muốn**. Quý vị không cần phải ký kết chương trình IEP cho tới khi có cơ hội xem xét chương trình bằng ngôn ngữ mong muốn.
- Nếu học khu của quý vị cung cấp bất kỳ tài liệu văn bản nào, bao gồm tài liệu về IEP, hãy biết rằng **quý vị có quyền xem xét văn bản trước khi đặt bút ký**.
- Quý vị được phép đi cùng bất kỳ ai quý vị mong muốn tới **buổi gặp gỡ với IEP**, bao gồm thành viên gia đình, công nhân xã hội, nhà trị liệu hay người ủng hộ. Tuy nhiên, nếu quý vị dự định đi cùng luật sư tới buổi gặp gỡ với IEP, quý vị phải thông báo trước cho đội ngũ nhân viên tại trường học.
- Một vài gia đình chọn nhờ cậy đến sự giúp đỡ của một **người hỗ trợ hoặc tư vấn viên giáo dục** xuyên suốt chương trình IEP hoặc khi đưa ra yêu cầu thay đổi hay gia tăng dịch vụ.

# Lịch Trình Giáo Dục Đặc Biệt

Đăng ký cho con của quý vị, từ 3 tuổi trở lên, nhập học vào trường công. **Có thể trường đã có sẵn chương trình IEP.**



Gửi thư đến Trường **HOẶC** Sở Giáo Dục Đặc Biệt để yêu cầu **Đánh Giá Theo Nhóm** vì quý vị lo ngại hoặc tình trạng chẩn đoán của con.



Sau khi nhận được thư, học khu sẽ có 5 ngày học tập để gửi **Mẫu Chấp Thuận Đánh Giá**, mẫu này liệt kê tất cả các bài đánh giá sẽ được thực hiện. Hãy kiểm tra để đảm bảo rằng mọi bài đánh giá cần thiết đã được bao gồm. **KÝ** và **GỬI TRẢ** mẫu đơn sớm nhất có thể để bài đánh giá có thể được tiến hành. Các lĩnh vực kiểm tra thông thường là: **Hành Vi, Lời Nói, Vật Lý Trị Liệu, Trị Liệu Cơ Thể, Tâm Lý Học và ABA**. Bài kiểm tra có thể sẽ được thực hiện toàn bộ vào một ngày hoặc **chia ra thành nhiều ngày khác nhau**.



Sau khi nhận được **Mẫu Chấp Thuận**, học khu sẽ có 45 ngày học tập để hoàn thiện các bài đánh giá và tổ chức **họp mặt Nhóm**. Sau khi kiểm tra, một cuộc gặp mặt với IEP sẽ được sắp xếp. Tại đó, quý vị có thể nhận được bản sao báo cáo đánh giá để lưu lại. Mỗi lĩnh vực sẽ thể hiện những phát hiện riêng trong báo cáo và quyết định về tính đủ điều kiện tham gia Chương Trình Giáo Dục Đặc Biệt hoặc tiếp nhận các dịch vụ bổ sung sẽ được đưa ra. **Quý vị được phép phản đối lại báo cáo, ví dụ như từ chối việc bỏ bớt một vài dịch vụ.**



Quý vị sẽ nhận được **một bản sao cuối cùng của chương trình IEP** trong vòng 10 ngày học tập sau buổi gặp. Hãy đảm bảo đọc kỹ toàn bộ tài liệu hoặc mang tài liệu đến bác sĩ nhi chăm sóc cho con quý vị để nhận được sự giúp đỡ.

Quý vị có thể lựa chọn: **(1) chấp nhận toàn bộ IEP, (2) từ chối IEP hoặc (3) từ chối một phần IEP**. Quý vị có 30 ngày để gửi lại bản IEP đã ký.

# Hỗ Trợ Ung Hộ Giáo Dục Đặc Biệt



**Mass DLC**

## **Trung Tâm Luật Pháp Khuyết Tật (Disability Law Center):**

Tổ chức tư nhân phi lợi nhuận chịu trách nhiệm cho cung cấp sự bảo vệ và ủng hộ cho quyền của cư dân Massachusetts có các tình trạng khuyết tật.

**617-723-8455**



**FCSN**

## **Liên Đoàn Dành Cho Trẻ Em Có Nhu Cầu Đặc Biệt (Federation for Children with Special Needs):**

Một trung tâm dành cho phụ huynh và các tổ chức phụ huynh chung sức cùng nhau để hỗ trợ trẻ em có nhu cầu đặc biệt và gia đình của các em.

**617-236-7210**



**Mass Advocates**

## **Hỗ Trợ Trẻ Em tại Massachusetts (Massachusetts Advocates for Children):**

Cung cấp sự hỗ trợ và giúp đỡ về mặt pháp lý liên quan đến các vấn đề giáo dục cho bố mẹ của trẻ có nhu cầu đặc biệt.

**617-357-8431**



**Luật Sư Tình Nguyện**

## **Dự Án Luật Sư Tình Nguyện:**

Đại diện pháp lý cho các gia đình có thu nhập thấp ở Boston thông qua. Các dịch vụ luật sư tư nhân và trợ lý pháp lý vì lợi ích cộng đồng.

**617-423-0648**

# Nguồn Thông Tin Cho Thanh Thiếu Niên

Khi đến tuổi 14, thanh thiếu niên sẽ được mời tham dự vào các buổi gặp mặt của Chương Trình Giáo Dục Cá Nhân Hóa (IEP) và cũng vào thời điểm này, chúng tôi **khuyến khích các gia đình bắt đầu suy nghĩ về cuộc sống sau khi các em kết thúc trung học phổ thông**. Tìm hướng đi trong độ tuổi trưởng thành có thể khá khó khăn. Sau đây là một vài nguồn thông tin mà gia đình của quý vị có thể tìm hiểu khi suy xét về các kế hoạch và những bước hoạt động tiếp theo:



**Thời Điểm  
Chuyển Dịch**



**Hẹn Hò An  
Toàn Hơn**



**Tuổi Thành  
Niên**



**Chuyển Dịch**

**Mạng lưới Asperger và Tự Kỷ (Asperger and Autism Network)** có nhiều chương trình và nguồn thông tin cho thanh thiếu niên có phổ tự kỷ bao gồm **các nhóm hỗ trợ, huấn luyện cuộc sống, đào tạo và sự kiện**.



**AANE**



**Nguồn Lực  
BMC**

# Liều Pháp Điều Trị Ngoại Trú

Các gia đình có thể tiếp cận **dịch vụ trị liệu ngoại trú** thông qua các chương trình bảo hiểm sức khỏe của họ. **Quý vị nên liên hệ với bên cung cấp bảo hiểm để tìm hiểu thông tin chi tiết về những chi phí được chi trả theo chương trình bảo hiểm.**

Trẻ khuyết tật tại MA **có thể đăng ký bảo hiểm Thứ Cấp Mass Health** để được chi trả cho các dịch vụ ngoại trú. Việc này có thể sẽ giúp ích đều bảo hiểm chính của quý vị không chi trả cho một liệu pháp cụ thể nào đó hoặc nếu quý vị có một vài khoản đồng chi trả cho các liệu pháp trị liệu khác nhau mà con quý vị đang tiếp nhận.



## Dịch Vụ Ngoại Trú

**Phân Tích Hành Vi Ứng Dụng**, hoặc ABA (Applied Behavior Analysis), là một liệu pháp tăng cường để tăng khả năng thành công trong việc hỗ trợ các cá nhân thuộc bất kỳ độ tuổi nào và mắc Rối Loạn Phổ Tự Kỷ (ASD) và các khiếm khuyết phát triển khác. ABA có thể hỗ trợ sự phát triển trong các **lĩnh vực nhận thức, ngôn ngữ, giao tiếp, kỹ năng thích ứng và kỹ năng xã hội**. Các dịch vụ ABA có thể được cung cấp tại trường, ở nhà và ở các trung tâm ABA.



**Bảo Hiểm  
Thứ Cấp**



**Sê-ri Video  
ABA Mỗi  
Ngày**

Chương Trình Can Thiệp cho Người Tự Kỷ tại BMC hợp tác với ABA New England để phát triển một **sê-ri đào tạo cho phụ huynh miễn phí, bao gồm 6 phần** tập trung vào việc giúp đỡ phụ huynh và những người chăm sóc trong việc áp dụng ABA vào cuộc sống hàng ngày, có thể truy cập ở trên.



# Liệu Pháp Điều Trị Ngoại Trú

**Trị Liệu Nói-Ngôn Ngữ** giải quyết các khó khăn về mặt ngôn ngữ và giao tiếp. Liệu pháp có thể giúp người mắc ASD cải thiện **khả năng giao tiếp bằng và không bằng lời nói** với mục tiêu giúp đỡ cá nhân đó giao tiếp hữu hiệu và có chức năng hơn.



**Vật Lý Trị Liệu (OT) và Trị Liệu Cơ Thể**, tập trung vào kỹ năng sử dụng ngón tay và bàn tay (**điều khiển cơ nhỏ**) các cơ lớn (điều khiển cơ lớn) và các nhu cầu giác quan.

**Can Thiệp Giao Tiếp Toàn Diện**, đôi khi được xem là **Giao Tiếp Tăng Cường và Thay Thế (AAC)** bao gồm việc sử dụng ngôn ngữ, giọng nói, hình ảnh và cử chỉ cũng như ngôn ngữ ký hiệu.



**Liệu Pháp Nhận Thức Hành Vi (CBT)** là một hình thức điều trị với một nhà cung cấp dịch vụ được cấp phép, tập trung vào **quá trình suy nghĩ, hành vi, kỹ năng ứng phó và chiến lược học tập** áp dụng những kỹ năng đã học được. Nếu quý vị nghĩ rằng con của mình có thể nhận được lợi ích từ việc gặp gỡ một với nhà trị liệu, quý vị có thể tìm thấy danh sách các nhà cung cấp dịch vụ trên trang mạng **Psychology Today**.

# Hỗ Trợ Từ Gia Đình

Nuôi nấng một đứa trẻ mắc Rối Loạn Phổ Tự Kỷ có thể khá khó khăn và cô độc. Quý vị nên biết rằng quý vị không cô đơn một mình. Việc tìm kiếm một hệ thống hỗ trợ phù hợp với quý vị có thể sẽ giúp ích phần nào – dù cho đó là **các nhóm hỗ trợ gia đình, trung tâm cộng đồng hay diễn đàn trực tuyến.**

Việc kết nối với những gia đình khác có thể đóng một vai trò nhắc nhở quan trọng, đồng thời cũng là nguồn an ủi khi quý vị phải đối mặt với những khó khăn trong việc tìm kiếm dịch vụ và chăm sóc cho trẻ. Điểm bắt đầu lý tưởng là hãy liên hệ với **Trung tâm hỗ trợ tự kỷ tại địa phương** để nhận được danh sách các nhóm hỗ trợ phụ huynh trong khu vực quý vị sinh sống.

## Các dịch vụ được cung cấp tại Trung Tâm Hỗ Trợ Người Tự Kỷ

- Thông Tin và Giới Thiệu
- Thư Viện Mượn Sách
- Sê-ri Diễn Thuyết
- Sự Kiện Gia Đình
- Danh Sách Trại Hè
- Bản Tin Điện Tử
- Các Chương Trình Nghỉ Lễ Ở Trường

**Quý vị có biết rằng nhóm Facebook là một không gian ảo tuyệt vời để tìm hiểu về các mẹo vặt, nguồn thông tin và lấy ý tưởng từ những gia đình khác cũng đang trải qua tình huống tương tự quý vị?**

Facebook có các nhóm dành cho phụ huynh/người chăm sóc người tự kỷ và các nhóm dành cho người tự kỷ. Hãy xem xét các trang quốc gia hoặc trang cộng đồng địa phương để tìm kiếm những nhóm phù hợp.



**Trung Tâm Hỗ Trợ Người Tự Kỷ (Autism Support Centers)**



**Bố Mẹ của Trẻ Tự Kỷ MA (MA Parents of Autism)**



**Mạng Lưới Asperger/Tự Kỷ (Asperger/Autism Networks)**



**BBố và Mẹ của Trẻ Tự Kỷ Boston (Boston Autism Moms & Dads)**

# Hỗ Trợ Từ Gia Đình

**Trung Tâm Hỗ Trợ Người Tự Kỷ** có thể là một trong những nguồn giúp đỡ hữu hiệu nhất cho các gia đình.

Các trung tâm này cung cấp **hông tin và lời giới thiệu, đào tạo cho phụ huynh, tổ chức hội thảo và chương trình chuyên biệt dành cho trẻ em, thiếu niên và thanh niên**. Nhân viên của các trung tâm này thường là những người chăm sóc cho trẻ mắc ASD và họ ở đó để giải thích về dịch vụ và hỗ trợ mà gia đình quý vị cùng con trẻ có thể nhận được.

01



**Autism Alliance**

(508) 652-9900

02



**HMEA's Autism Resource Central**

(508) 835-4278

03



**Vinfen**

(617) 441-1800

04



**Lifeworks**

(781) 762-4001

06



**Community Autism Resources**

508) 379-0371

05



**Northeast Arc**

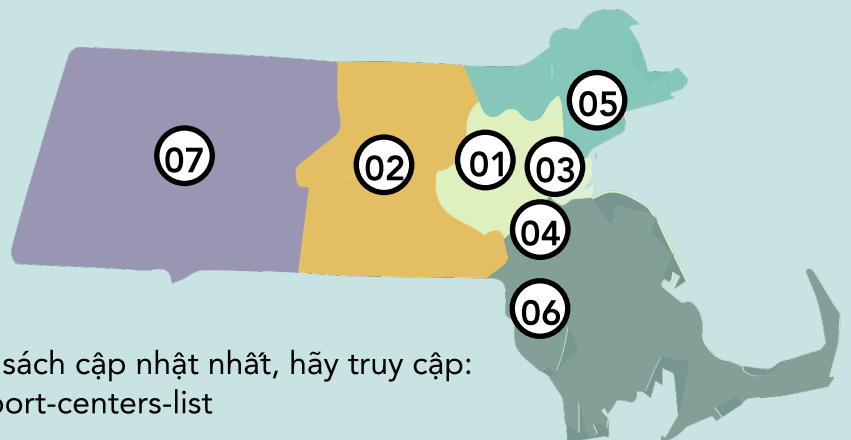
(978) 777-9135

07



**Autism Connections**

(413) 529-2428



Thông tin này có thể thay đổi. Để có danh sách cập nhật nhất, hãy truy cập: [www.mass.gov/service-details/autism-support-centers-list](http://www.mass.gov/service-details/autism-support-centers-list)

# Hỗ Trợ Anh Chị Em

Nghiên cứu cho thấy rằng các anh chị em của trẻ tự kỷ khi mô tả về các trải nghiệm của bản thân thường liên tục đề cập rằng **phản ứng, sự chấp thuận và điều chỉnh của cha mẹ họ** là yếu tố ảnh hưởng đến họ nhiều nhất khi có anh chị em là người khuyết tật.

“Khi được xây dựng trong sự nhạy cảm, thấu hiểu và được phép chia sẻ thành thật về suy nghĩ của bản thân, các anh chị em của trẻ tự kỷ thường lớn lên thành những người hỗ trợ mạnh mẽ - không chỉ cho anh chị em của họ mà còn cho tất cả những ai thuộc cộng đồng tự kỷ.”



Các nguồn hỗ trợ anh chị em thường là **các câu chuyện trong cộng đồng, nhóm hỗ trợ, thời gian 1:1 cùng bố mẹ và tiếp nhận tư vấn**. Các anh chị em của trẻ tự kỷ có thể nhận được lợi ích bằng việc gặp gỡ các bạn đồng trang lứa khác, những người cũng lớn lên trong gia đình có hoàn cảnh tương đồng. Các nguồn thông tin yêu thích của chúng tôi được liệt kê dưới đây.



**Gói Hỗ Trợ Anh Chị Em (Sibling Resource Packet)**



**Dự Án Hỗ Trợ Anh Chị Em (Sibling Support Project)**



**Mạng Lưới Hỗ Trợ Anh Chị Em (Sibling Support Network)**

# Phúc Lợi Từ Chính Phủ

Có nhiều nguồn lực cộng đồng có thể giúp đỡ gia đình quý vị cùng con trẻ bằng cách hỗ trợ hàng ngày, cung cấp thông tin và đôi lúc là hỗ trợ về mặt tiền bạc và phúc lợi.

## Sở Dịch Vụ Phát Triển

Sở Dịch Vụ Phát Triển (DDS) làm một cơ quan vận hành bởi tiểu bang, cung cấp các dịch vụ lấy con người làm trọng tâm, dành cho người thiếu năng trí tuệ và **khuyết tật phát triển (IDD)** bao gồm ASD.

DDS làm việc với những trẻ mắc IDD và ASD để kết nối các gia đình với những trung tâm/chương trình hỗ trợ, dịch vụ giáo dục bổ sung và các chương trình chuyên biệt khác. DDS cũng làm việc với người trưởng thành mắc IDD và ASD để kết nối họ với những cơ hội việc làm, chương trình hỗ trợ người khuyết tật phát triển và các hỗ trợ khác từ cộng đồng và khu dân cư.

YTrung tâm hỗ trợ người tự kỷ tại địa phương quý vị sinh sống có thể hỗ trợ quý vị **đăng ký với DDS** hoặc quý vị có thể tự truy cập bản sao của đơn đăng ký thông qua liên kết này:



**Đơn Đăng Ký DDS**



# Phúc Lợi Từ Chính Phủ

## Trợ Cấp An Sinh

**Trợ Cấp An Sinh (SSI)** đem đến lợi ích tài chính cho các gia đình vì có trẻ có tình trạng khuyết tật, tùy thuộc vào mức thu nhập của gia đình đó. Quý vị có thể đăng ký **tại đây** hoặc bằng cách gọi điện tới số 800-772-1213.



## Trung Tâm Nguồn Lực Bảo Hiểm cho Người Tự Kỷ và Chăm Sóc Sức Khỏe Hành Vi (Insurance Resource Center for Autism and Behavioral Health)

**Trung Tâm Nguồn Lực Bảo Hiểm cho Người Tự Kỷ và Chăm Sóc Sức Khỏe Hành Vi** cung cấp nguồn lực hỗ trợ cho các gia đình **theo các chương trình bảo hiểm y tế và phương pháp điều chỉnh hành vi và tự kỷ của họ.**

Trung tâm cũng có thể giúp đỡ các gia đình đăng ký tham gia MassHealth hoặc MassHealth Secondary đồng thời giúp quý vị tìm và giải quyết các rào chắn bảo hiểm liên quan đến điều trị cho người tự kỷ có thể phát sinh.



**Mass AIRC**



**Hướng Dẫn về Bảo Hiểm cho Người Tự Kỷ (Autism Insurance Guide)**



**Hướng Dẫn về Bảo Hiểm MassHealth (MassHealth Coverage Guide)**

# Tạo Lập Thói Quen



## Thiết Lập Lịch Trình

Trẻ em sẽ phát triển nhất khi tuân theo **quy củ** và có **tính nhất quán**. Việc thiết lập lịch trình bằng văn bản và/hoặc hình ảnh vào thói quen hằng ngày của quý vị có thể hỗ trợ duy trì tính quy củ.



## Thêm Công Việc

Bắt đầu thêm vào lịch trình **các thói quen ăn uống, ngủ nghỉ và vệ sinh nhất quán**. Thêm vào các hoạt động khác ngoài những thói quen kể trên.



## Chia nhỏ thành từng Bước

Hãy nêu cụ thể về những yêu cầu cần được thực hiện cho mỗi hoạt động. Chia các hoạt động thành **từng bước nhỏ hơn**, việc sử dụng hình ảnh có thể giúp con quý vị hiểu rõ hơn.



## Đặt Ra Mục Tiêu

Mục tiêu nên **cụ thể và thực tế** cho quý vị và cho cả gia đình. Quý vị muốn con mình đạt được những gì mỗi ngày?

# Ăn Uống, Đi Vệ Sinh, Giữ An Toàn, Ngủ Nghỉ

## Ăn Uống

**Các vấn đề về ăn uống** thường xảy ra thường xuyên hơn với trẻ mắc ASD. Hãy xem xét các nguồn thông tin này để tìm hiểu thêm về cách giải quyết sự kén ăn ở trẻ và đảm bảo tuân theo bác sĩ của con quý vị.



**Tré Tự Kỷ và Chứng Kén Ăn (Autism & Picky Eating)**



**Cẩm Nang Kén Ăn BMC (BMC Picky Eating Handout)**

## Giữ An Toàn

Giữ an toàn là một mối lo ngại thông thường đối với các gia đình vì nhiều trẻ tự kỷ gặp khó khăn trong việc hiểu rõ những quy tắc an toàn và có thể sẽ thực hiện những hành vi như bỏ chạy khỏi người chăm sóc, cố gắng mở cửa sổ và cửa ra vào một mình hoặc nói chuyện với người lạ. Thiết lập các biện pháp an toàn để giữ an toàn trong nhà và dạy cho trẻ biết cách tự giữ an toàn có thể sẽ giúp quý vị xóa bỏ phần nào nỗi lo. Tìm hiểu thêm về hướng dẫn an toàn của chúng tôi ở dưới đây!



**Hướng Dẫn An Toàn**

## Đi Vệ Sinh

**Hướng dẫn trẻ tự đi vệ sinh** là một quá trình cần nhiều thời gian và sự kiên nhẫn. Tham khảo các nguồn thông tin này để biết khi nào con quý vị sẵn sàng và cách mà quý vị có thể tiếp cận việc đào tạo hướng dẫn theo từng bước một.



**Khi nào trẻ sẵn sàng (When is a child ready?)**



**Hướng Dẫn Đi Vệ Sinh 101 (Toilet Training 101)**

## Ngủ nghỉ

Nhiều trẻ tự kỷ gặp nhiều **vấn đề về giấc ngủ**, bao gồm vấn đề bắt đầu đi ngủ, ngủ liên tục hoặc thức dậy quá sớm. Ngủ đúng cách rất quan trọng trong việc phát triển tâm trí và cơ thể và việc trẻ bị gián đoạn giấc ngủ có thể ảnh hưởng đến toàn bộ gia đình. Những nguồn thông tin sau đây có thể giúp xây dựng và duy trì thói quen ngủ khỏe mạnh.



**Câu Chuyện "Tôi Có Thể Tự Mình Đi Ngủ" (I Can Sleep By Myself)**



**WebMD: Vấn Đề Giấc Ngủ**



# Chuyển Dịch

Việc chuyển dịch có thể khá khó khăn cho trẻ, đặc biệt là khi một hoạt động mong muốn chuyển thành một hoạt động mà trẻ không thực sự yêu thích. Hãy đảm bảo rằng mỗi hoạt động đều có **điểm bắt đầu và kết thúc rõ ràng**. Xem xét lịch trình với con của quý vị vào thời điểm bắt đầu và kết thúc của mỗi hoạt động, để trẻ biết được rằng hoạt động gì sẽ diễn ra tiếp theo.

Hãy chọn cách mà quý vị sẽ thông báo cho trẻ khi chuyển dịch hoạt động. Sử dụng **các dấu hiệu thị giác và đồng hồ bấm giờ** trước khi chuyển dịch. Các ứng dụng bấm giờ có hình ảnh và ứng dụng xếp lịch chúng tôi khuyên dùng được liệt kê dưới đây.



**Tiimo  
Planner**



**Choice  
Works**



**My  
Routine**



**Remember  
The Milk**



**KAZUTIME**



**Visual  
Schedule  
Planner**



**Done Habit  
Tracker**

**Hãy biết cách chọn lựa và buông bỏ!** Đánh răng hằng ngày có thể sẽ là việc mà quý vị cần ưu tiên nhắc nhở và thực hiện, tuy nhiên có thể cân nhắc không kiểm soát việc liệu quần áo con mặc có phù hợp. Hãy tập trung vào các kỹ năng quan trọng nhất với quý vị, con của quý vị và các nhu cầu phát triển cần thiết của trẻ.



# Khuyến Khích Hành Vi Theo Nhu Cầu

Một khi các thói quen đã được thiết lập, hãy đặt ra **các phần thưởng dễ dàng đạt được** cho trẻ bằng cách hoạt động đúng theo thói quen. Con của quý vị muốn chơi với món đồ gì nhất hoặc thích làm gì nhất trong ngày?



Giữ những món đồ này xa khỏi tầm tay trẻ cho đến khi bé hoàn thành **các công việc được đề ra**. Đưa cho trẻ món đồ hoặc để trẻ thực hiện hành động yêu thích ngay sau khi trẻ “dành được” điều đó.

Đặt ra **các kỳ vọng rõ ràng** liên quan đến phần thưởng này. Con quý vị sẽ được cho phép tham gia vào hoạt động trong bao lâu?



Xuyên suốt cả ngày, hãy **khen ngợi con nhiều hơn** thay vì khiển trách hay nói lời tiêu cực. Quý vị mong muốn rằng con mình sẽ hiểu được rằng cách tốt nhất để trẻ có được sự chú ý của quý vị là **làm theo những kỳ vọng được đặt ra**.



"Nếu có nhiều hơn những người hiểu rõ về tự kỷ, tôi tin rằng người trẻ mắc phổ tự kỷ sẽ cảm thấy được chấp nhận hơn và rằng các em không phải là những người ngoài cuộc."

