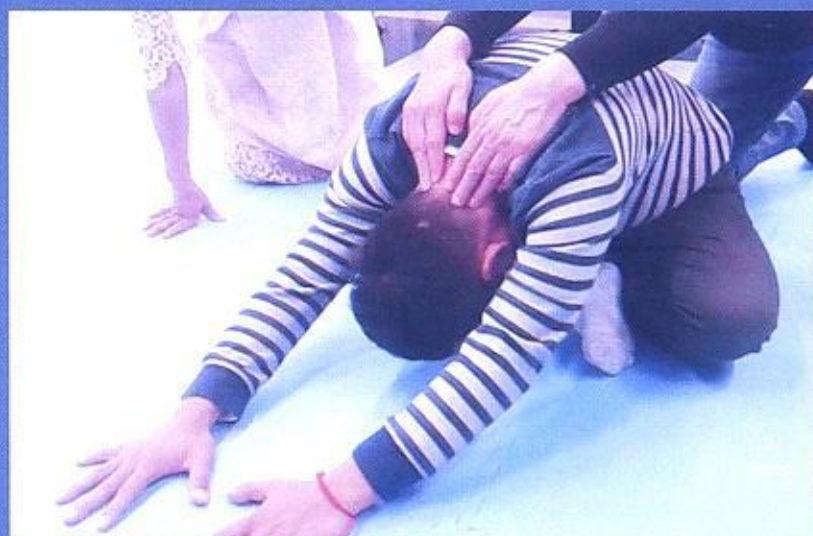




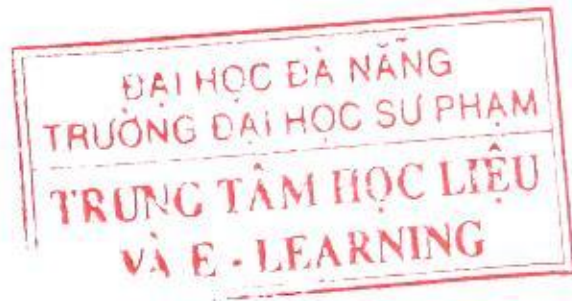
YOSHIMI YOSHIKAWA - LÊ QUANG SƠN và Cộng sự

LÝ THUYẾT VÀ THỰC HÀNH  
**LIỆU PHÁP DOHSA-HOU**  
trong trị liệu tâm lý trẻ khuyết tật



NHÀ XUẤT BẢN THÔNG TIN VÀ TRUYỀN THÔNG

YOSHIMI YOSHIKAWA - LÊ QUANG SƠN và Cộng sự



LÝ THUYẾT VÀ THỰC HÀNH  
**LIỆU PHÁP DOHSA-HOU**  
trong trị liệu tâm lý trẻ khuyết tật

Trường Đại học Sư phạm - Đại học Đà Nẵng

Trường Đại học Aichi Gakuin

Tổ chức JICA

Trung tâm Hỗ trợ Phát triển Giáo dục Hòa nhập Đà Nẵng

Trung tâm Can thiệp sớm và Hỗ trợ giáo dục  
hòa nhập Hoa Xương Rồng

Trung tâm Nghiên cứu và Phát triển giáo dục đặc biệt  
- Cơ sở hòa nhập Ước mơ xanh

Trung tâm Nghiên cứu, Hỗ trợ tâm lý - Giáo dục  
và Phát triển cộng đồng Cadeaux

NHÀ XUẤT BẢN THÔNG TIN VÀ TRUYỀN THÔNG

## DANH SÁCH THAM GIA BIÊN SOẠN

1. **GS. TS. Yoshikawa Yoshimi**  
Đại học Aichi Gakuin, Nhật Bản (Đồng chủ biên);
2. **PGS.TS. Lê Quang Sơn**  
Đại học Đà Nẵng (Đồng chủ biên);
3. **ThS. Ara Masafumi**  
Đại học Aichi Gakuin, Nhật Bản;
4. **ThS. Ito Takuya**  
Đại học Aichi Gakuin, Nhật Bản;
5. **TS. Nguyễn Thị Trâm Anh**  
Trường Đại học Sư phạm - Đại học Đà Nẵng;
6. **TS. Hà Văn Hoàng**  
Trường Đại học Sư phạm - Đại học Đà Nẵng;
7. **TS. Lê Mỹ Dung**  
Trường Đại học Sư phạm - Đại học Đà Nẵng;
8. **TS. Nguyễn Thị Hằng Phương**  
Trường Đại học Sư phạm - Đại học Đà Nẵng;
9. **TS. Hoàng Thế Hải**  
Trường Đại học Sư phạm - Đại học Đà Nẵng;
10. **TS. Hồ Thị Thuý Hằng**  
Trường Đại học Sư phạm - Đại học Đà Nẵng;
11. **TS. Bùi Thị Thanh Diệu**  
Trường Đại học Sư phạm - Đại học Đà Nẵng;
12. **ThS. Nguyễn Thị Hồng Nhung**  
Trường Đại học Sư phạm - Đại học Đà Nẵng;
13. **ThS. Nguyễn Thị Phương Trang**  
Trường Đại học Sư phạm - Đại học Đà Nẵng;

14. **ThS. Lê Thị Hằng**  
Trường Đại học Sư phạm - Đại học Đà Nẵng;
15. **ThS. Bùi Văn Vân**  
Trường Đại học Sư phạm - Đại học Đà Nẵng;
16. **CN. Đỗ Thị Đỗ Quyên**  
Trung tâm Hỗ trợ phát triển Giáo dục Hòa nhập Đà Nẵng;
17. **CN. Ngô Thị Thanh Tùng**  
Trung tâm Hỗ trợ phát triển Giáo dục Hòa nhập Đà Nẵng;
18. **ThS. Nguyễn Xuân Việt**  
Trung tâm Hỗ trợ phát triển Giáo dục Hòa nhập Đà Nẵng;
19. **CN. Nguyễn Thị Diễm Thúy**  
Trung tâm Hỗ trợ phát triển Giáo dục Hòa nhập Đà Nẵng;
20. **ThS. Phan Thị Như Hoài**  
Trung tâm Hoa Xương Rồng;
21. **ThS. Lê Thị Kim Thu**  
Trung tâm Ước mơ xanh;
22. **ThS. Nguyễn Thị Liễu**  
Trung tâm Ước mơ xanh;
23. **CN. Nguyễn Thị Thúy Hằng**  
Trung tâm Ước mơ xanh;
24. **Vũ Thị Hương**  
Trung tâm Ước mơ xanh;
25. **CN. Phan Thị Lợi**  
Trung tâm Cadeaux;
26. **CN. Nguyễn Thị Nhung**  
Trung tâm Cadeaux.

## **BAN NỘI DUNG**

**Trường Đại học**

**Aichi Gakuin**

GS. Yoshimi Yoshikawa

ThS. Ara Masafumi

ThS. Ito Takuya

**Đại học Đà Nẵng**

**Trường Đại học Sư phạm**

PGS.TS. Lê Quang Sơn

TS. Nguyễn Thị Trâm Anh

TS. Hà Văn Hoàng

## **BIÊN DỊCH**

TS. Trịnh Thúy Hương

TS. Nguyễn Thị Như Ý

Ishikawa Satori

## LỜI GIỚI THIỆU

Dohsa-hou là một phương pháp tập luyện phục hồi chức năng tâm lý độc đáo phát sinh từ Nhật Bản, được phát triển dựa trên nghiên cứu và thực hành thực tế. Về thuật ngữ “Dohsa-hou”: trong tiếng Nhật “Dohsa” có nghĩa là động tác/hành động, còn “hou” là phương pháp.

Dohsa-hou dựa trên tác động của động tác, được định nghĩa như là một quá trình tổng thể bao gồm ý định của một người, nỗ lực nhằm hiện thực hóa vận động của cơ thể thông qua tác động tâm lý của nhà trị liệu, và kết quả có thể nhìn thấy được dựa trên sự nỗ lực tương tác và thể hiện sự vận động cơ thể.

Dohsa-hou, được đề xuất bởi giáo sư Naruse và giáo sư Ohno Kiyoshi người Nhật Bản vào năm 1967. Đầu tiên thành công trong lĩnh vực nghiên cứu tâm lý học, Dohsa-hou đã được mở rộng sang các lĩnh vực tâm lý học lâm sàng và giáo dục đặc biệt cho trẻ em khuyết tật. Dohsa-hou cũng dần dần đáp ứng nhu cầu mở ra lĩnh vực phục hồi chức năng tâm lý. Hiện nay Dohsa-hou được nghiên cứu, thực hành, huấn luyện ở hàng chục quốc gia trên thế giới và được thừa nhận là phương pháp tập luyện phục hồi chức năng tâm lý đặc biệt hiệu quả.

Dohsa-hou được Yoshikawa Yoshimi, giáo sư Đại học Aichi Gakuin, Nhật Bản cùng các cộng sự giới thiệu tới Khoa Tâm lý-Giáo dục thuộc Trường Đại học Sư phạm - Đại học Đà Nẵng từ năm 2009 thông qua đề cử của ông Ara Masafumi, chuyên gia của JICA. Trong khoảng thời gian này, dưới sự hỗ trợ của giáo sư Yoshikawa Yoshimi và ông Ara Masafumi, các giảng viên của Khoa Tâm lý-Giáo dục thuộc Trường Đại học Sư phạm - Đại học Đà Nẵng (ĐHSP-ĐHĐN) cùng với các giáo viên của Trường

Chuyên biệt Nguyễn Đình Chiêu và các trung tâm can thiệp trẻ khuyết tật khác tại Đà Nẵng, đã tiếp thu và nghiên cứu vận dụng thành công Dohsa-hou trong can thiệp trị liệu cho trẻ khuyết tật và trong việc giám căng thẳng trên các đối tượng trẻ em và người lớn khác.

Tiếp nối những thành công bước đầu, Nhóm nghiên cứu Dohsa-hou thuộc Trường ĐHSP-ĐHĐN được thành lập với mục tiêu phát triển Dohsa-hou trong trị liệu tâm lý cho trẻ em và cộng đồng, góp phần đảm bảo sức khỏe tâm thần, giảm thiểu những căng thẳng và phòng chống bệnh tật. Nhóm cũng đặt mục tiêu tăng cường nghiên cứu chuyên sâu các khía cạnh can thiệp của Dohsa-hou để có thể ứng dụng vào thực tế trị liệu tâm lý.

Dự án "*Triển khai tập huấn liệu pháp phục hồi chức năng tâm lý cho trẻ khuyết tật tại thành phố Đà Nẵng*" tài trợ bởi JICA (JICA là tên viết tắt của Cơ quan Hợp tác Quốc tế Nhật Bản) thực hiện từ 12/9/2018 tại thành phố Đà Nẵng, là kết quả của những nỗ lực không mệt mỏi của giáo sư Yoshikawa Yoshimi cùng các giảng viên Khoa Tâm lý-Giáo dục thuộc Trường ĐHSP-ĐHĐN. Dự án tập trung vào việc hình thành đội ngũ các nhà nghiên cứu và thực hành Dohsa-hou; hướng dẫn thực hành Dohsa-hou cho các phụ huynh trẻ khuyết tật; triển khai Dohsa-hou trị liệu cho trẻ khuyết tật tại thành phố Đà Nẵng và các khu vực lân cận; phổ biến Dohsa-hou trong cộng đồng thông qua các hội thảo giới thiệu.

Tài liệu *Lý thuyết và thực hành Liệu pháp Dohsa-hou trong trị liệu tâm lý trẻ khuyết tật*, một sản phẩm của Dự án "*Triển khai tập huấn liệu pháp phục hồi chức năng tâm lý cho trẻ khuyết tật tại thành phố Đà Nẵng*", được biên soạn trên cơ sở kết quả nghiên cứu và thực hành trị liệu của Nhóm nghiên cứu Dohsa-hou thuộc Trường ĐHSP-ĐHĐN.

Tài liệu *Lý thuyết và thực hành Liệu pháp Dohsa-hou trong trị liệu tâm lý trẻ khuyết tật*, được biên soạn gồm 2 phần: phần thứ nhất tập trung mô tả cơ sở khoa học của liệu pháp Dohsa-hou; phần hai - là hướng dẫn thực hành các bài luyện tập theo liệu pháp này. Tài liệu tập trung giới thiệu những vấn đề lý luận cốt lõi và thực tiễn của liệu pháp Dohsa-hou với tư cách một phương pháp tập luyện phục hồi chức năng tâm lý, thực tế và kết quả thực hành Dohsa-hou, những vấn đề cần quan tâm khi nghiên cứu và thực hành Dohsa-hou, những triển vọng ứng dụng Dohsa-hou trong thực tiễn đời sống với các nhóm đối tượng khác nhau.

Tài liệu *Lý thuyết và thực hành Liệu pháp Dohsa-hou trong trị liệu tâm lý trẻ khuyết tật* được sử dụng như tài liệu học tập chuyên đề *Liệu pháp Dohsa-hou* trong chương trình đào tạo cử nhân Tâm lý học, cử nhân Công tác xã hội và cử nhân Giáo dục đặc biệt. Tài liệu định hướng vào nhóm độc giả chính là chuyên viên tham vấn và trị liệu tâm lý, nhân viên Công tác xã hội, giáo viên dạy và chăm sóc trẻ khuyết tật, huấn luyện viên thể thao, sinh viên sư phạm, và những người làm công tác giáo dục, công tác xã hội nói chung. Bên cạnh đó, tài liệu cũng hữu ích cho các độc giả quan tâm đến trị liệu tâm lý và rèn luyện sức khỏe.

Đây là tài liệu đầu tiên về Dohsa-hou được biên soạn và phát hành bằng tiếng Việt, do vậy khó tránh được các khiếm khuyết. Để tài liệu tiếp tục được hoàn thiện và hữu ích hơn cho công tác đào tạo, huấn luyện, trị liệu và áp dụng thực tiễn nhóm tác giả mong nhận được ý kiến đóng góp của các bạn đọc.

*Đà Nẵng, tháng 01 năm 2021*

**Thay mặt nhóm tác giả**

**PGS.TS. Lê Quang Sơn**

**Trưởng Nhóm nghiên cứu Dohsa-hou**

## MỤC LỤC

<i>Lời giới thiệu</i> .....	5
<b>Phần 1. CƠ SỞ KHOA HỌC CỦA LIỆU PHÁP DOHSA-HOU TRONG TRỊ LIỆU TÂM LÝ CHO TRẺ KHUYẾT TẬT</b> .....	11
<b>1.1. Dohsa-hou - Quá trình hình thành và ứng dụng</b> .....	11
1.1.1. Sơ lược lịch sử hình thành liệu pháp Dohsa-hou.....	11
1.1.2. Khả năng ứng dụng của Dohsa-hou.....	21
<b>1.2. Liệu pháp tâm lý</b> .....	31
1.2.1. Liệu pháp tâm lý.....	31
1.2.2. Sử dụng liệu pháp tâm lý trong phục hồi chức năng cho trẻ khuyết tật.....	37
<b>1.3. Nguyên lý liệu pháp Dohsa-hou</b> .....	43
1.3.1. Khái niệm liệu pháp Dohsa-hou.....	43
1.3.2. Phương pháp luận của liệu pháp Dohsa-hou.....	44
1.3.3. Nguyên lý thực hiện liệu pháp.....	46
<b>1.4. Dohsa-hou - sơ đồ các vị trí trên cơ thể và ý nghĩa</b> .....	51
1.4.1. Sơ đồ các vị trí trên cơ thể.....	51
1.4.2. Những ý tưởng cơ bản trong tập luyện Dohsa.....	54
<b>1.5. Hình thức và quy trình thực hiện Dohsa-hou</b> .....	57
1.5.1. Quy trình chẩn đoán.....	58
1.5.2. Cách thức thực hiện các bài tập Dohsa-hou.....	59
1.5.3. Tiến trình chung của một bài tập Dohsa-hou.....	60

1.5.4. Minh họa cách ứng xử khi nhà trị liệu gặp bệnh nhân đến trị liệu lần đầu .....	61
1.5.5. Kỹ thuật Dohsa-hou .....	67
<b>1.6. Điều kiện tổ chức thực hiện liệu pháp Dohsa-hou .....</b>	<b>68</b>
1.6.1. Những yếu tố về nhân lực.....	68
1.6.2. Cơ sở vật chất .....	70
1.6.3. Các phương tiện, thiết bị hỗ trợ tập luyện Dohsa-hou ....	72
<b>Phần 2. CÁC BÀI LUYỆN TẬP LIỆU PHÁP DOHSA-HOU .....</b>	<b>75</b>
<b>2.1. Hướng dẫn các bài luyện tập liệu pháp Dohsa-hou.....</b>	<b>75</b>
2.1.1. Bài tập vùng mặt (hệ mặt) .....	75
2.1.2. Bài tập vùng vai (điểm số 2, 10).....	86
2.1.3. Bài tập cột sống (điểm 3, 4, 5) .....	93
2.1.4. Bài tập hông (điểm số 6) .....	101
2.1.5. Bài tập chân (điểm 7, 8, 9) .....	104
2.1.6. Bài tập tay (điểm 11, 12, 13).....	108
<b>2.2. Một số trường hợp can thiệp bằng liệu pháp Dohsa-hou....</b>	<b>112</b>
2.2.1. Trường hợp 1 (bài tập vùng mặt và bàn tay, cổ tay) ....	112
2.2.2. Trường hợp 2 (bài tập vùng vai, bả vai).....	115
2.2.3. Trường hợp 3 (bài tập vùng lưng) .....	118
2.2.4. Trường hợp 4 (bài tập vùng hông).....	121
2.2.5. Trường hợp 5 (bài tập cổ chân, ngón chân) .....	125
2.2.6. Trường hợp 6 (bài tập khuỷu tay, bàn tay, ngón tay) ....	128
<i>Phụ lục</i> .....	133
<i>Tài liệu tham khảo</i> .....	141