

การส่งเสริมเด็กพัฒนาการล่าช้า
เด็กพิเศษอย่างเป็นองค์รวม
ฉบับ...
ความสุข





คืนพลังกลับสู่ความเป็นพ่อแม่
สิ่งสำคัญที่สุด คือ ความรู้สึกพึ่งตนเองได้ของคนที่เป็นพ่อแม่

ผู้เขียน

พญ. แก้วตา นพมณีจำรัสเลิศ กุมารแพทย์พัฒนาการเด็ก
คุณประพา หมายสุข นักกายภาพบำบัด และจิตวิทยาพัฒนาการ
คุณฉามรา สุมาลย์โรจน์ นักจิตวิทยาพัฒนาการ
คุณพ่อน้องนนท์

ออกแบบภาพวาด

พญ. แก้วตา นพมณีจำรัสเลิศ

ภาพปก

ศศิ วีระเศรษฐกุล

ภาพวาดในเล่ม

studio-yimchang

ISBN

978-616-394-693-5

ท่านสามารถ download หนังสือทั้งเล่มได้ที่
www.mahidolclinic.com

ท่านที่นำข้อมูลไปใช้ประโยชน์ กรุณาอ้างอิง
สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว. มหาวิทยาลัยมหิดล.
การส่งเสริมเด็กพัฒนาการล่าช้า เด็กพิเศษ อย่างเป็นองค์รวม
ฉบับความสุข. 2558

คำนำ

สิบปีที่แล้ว เมื่อตอนที่พวกเราเริ่มทำงาน เราเริ่มต้นไม่ต่างจากบุคลากรสาธารณสุขทุกคน ที่ทำงานทางด้านนี้ เราพยายามช่วยเหลือ ผิดเด็ก ด้วยความปรารถนาดี อยากให้เด็กพัฒนาการล่าช้า เด็กพิเศษ ดีขึ้น เราเอาเด็กเข้ามาฝึกในห้อง **เราให้พ่อแม่รออยู่หน้าห้อง** เพราะ ถ้าพ่อแม่เข้ามาในห้องด้วย เด็กอาจไม่ยอมทำกิจกรรม และพ่อแม่เองก็คงทนไม่ได้ที่บางครั้งลูกอาจร้องไห้ อยากออกนอกห้อง อยากกลับบ้าน เราจะแนะนำให้พ่อแม่อดทนและขอให้รออยู่หน้าห้อง อย่าเข้ามาตอนที่ลูกร้องไห้

เราฝึกเด็กแบบครู **ให้เด็กนั่งโต๊ะ ฝึกเรียนรู้สี เรียนรู้การพูดคำว่า ขอ และยกมือไหว้** เรียนรู้ภาษาจากการอ่านบัตรคำ ถ้าเด็กไม่ยอมทำ อยากออกนอกห้อง ไปหาพ่อแม่ เราจะจับเด็กให้นั่งเก้าอี้ที่ล็อกไว้ไม่ให้เด็กลุกไปไหน เด็กจะร้องไห้ในครั้งแรกๆ เพราะยังไม่เคยถูกฝึกมาก่อน ต่อมาเด็กก็จะค่อยๆ เริ่มเรียนรู้ว่าร้องไห้อย่างไรก็ไม่ได้ผล ยังไงพ่อแม่ก็จะไม่เข้ามาช่วย ร้องอย่างไร หนูก็ต้องทำตามสิ่งที่คุณครูบอก เราพบว่าวิธีการนี้ได้ผล ครั้งต่อมาเด็กๆ ไม่ร้องแล้ว **เด็กรู้แล้วว่าเขาไม่ได้มีสิทธิเสียงใด** มีเพียงต้องทำตามสิ่งที่คุณครูบอกให้ทำเท่านั้น เด็กๆ ยังได้เรียนรู้เพิ่มเติมอีกว่า ถ้าเขายอมทำตามสิ่งที่คุณครูกำหนดไว้ได้ เขาจะได้รับรางวัล ได้ขนมเป็นสิ่งที่ตอบแทน เราจะมีขนมเป็นถ้วยเตรียมไว้ ตอบได้ ได้ขนม ตอบไม่ได้ ก็ทำใหม่ ทำซ้ำๆ จนกว่าจะทำได้ เด็กก็เริ่มมีกำลังใจเพิ่มขึ้นอยากทำ เพื่อให้ได้ขนม

ฝึกๆ ไป ดูเหมือนว่าเด็กจะเริ่มเก่งขึ้น ยอมเดินเข้ามาในห้องอย่างง่ายดาย ยอมทำตามทุกอย่างที่คุณครูบอก เด็กเริ่มจำสี จำภาพ อ่านบัตรคำต่างๆ ได้ สั่งให้ทำอะไรก็ทำ **เด็กทำตามคำสั่งได้คล่องขึ้น**

แม้เด็กจะดูดีขึ้น แต่เราก็อึดใจอยู่บ้าง **เด็กเหมือนต้องรอคอยคำสั่งจากเราตลอดเวลา** เด็กดูจะคิดอะไรเองไม่ได้ เวลานั้นรอคุณครูอยู่หน้าห้อง เด็กจะนั่งเฉยๆ ไม่ได้สนใจอะไร เมื่อเรียกให้เข้าห้อง เด็กก็เดินเข้ามา ความรู้สึกแปลกใจเพิ่มมากขึ้น เมื่อวันหนึ่งได้เห็นเด็กอยากจะทำเล่นของเล่นที่อยู่ในตะกร้า เด็กยกมือไหว้ตะกร้า พูดคำว่า ขอ แล้วจึงค่อยหยิบของเล่นมาเล่น **เรารู้สึกแปลกใจ เราสงสัย** หรือว่าเด็กพิเศษก็เป็นแบบนี้ มันคงต้องเป็นแบบนี้ เพราะเขาเป็นเด็กพิเศษ ทำได้เท่านั้น

ด้วยความไม่รู้ว่าจะทำอย่างไรต่อ พวกเราก็ไม่ต่างจากบุคลากรสาธารณสุขท่านอื่นๆ ที่พยายามทำกิจกรรมต่างๆ เพิ่มขึ้น เราคิดว่าเด็กน่าจะมีโอกาสได้เล่นบ้าง เราเลยลองเพิ่มการจัดกิจกรรมแบบกลุ่มให้เด็กๆ ได้ฝึกทักษะทางสังคม ได้เล่นกับเพื่อน ปิดเทอมเราจัดค่ายให้เด็กๆ เด็กๆ จะได้มาทำกิจกรรมกัน ชวนพ่อแม่มานั่งคุยกัน แลกเปลี่ยน ร่วมทุกข์ร่วมสุข เพื่อว่ามีอะไรจะแบ่งปันช่วยเหลือกันได้ ใครรู้อะไร อ่านหนังสืออะไรใหม่ๆ ก็มาแบ่งปันกัน กิจกรรมเหล่านี้ก็มี

ประโยชน์ ได้ทั้งกำลังใจ ได้พูดคุย ได้ฟังประสบการณ์จากเพื่อนๆ **เด็กก็ดูดีขึ้นช่วยเติมเต็มสิ่งที่ขาดหายไป เด็กเริ่มมีเสียงหัวเราะ เริ่มเล่นกับเพื่อนง่ายขึ้นได้** ทุกสิ่งทุกอย่างดูเหมือนเริ่มจะดี

มันดูเหมือนเริ่มจะดี และเรารู้สึกว่ามันดี เพราะ มันก็จริงๆ

แต่ลึกๆแล้ว เราก็อ้างรู้สึกว่ ไม้ใช่ มันยังไม่ใช่

เราอาจคิดกิจกรรมให้เด็กๆทำได้ คิดว่าวันนี้จะพาเด็กๆไปว่ายน้ำ แล้วทำกิจกรรมศิลปะต่อ ส่วนกิจกรรมพ่อแม่วันนี้เราจะคุยกันเรื่องนี้ เราสามารถคิดกิจกรรมให้เด็กๆและชวนพ่อแม่พูดคุยได้ เราทำได้ เราทำได้ แต่ลึกๆแล้ว **เรารู้สึกว่าเราไร้ทิศทาง** เราไม่รู้ว่เรากำลังช่วยเหลือพ่อแม่หรือนำพาเด็กๆไปในทิศทางไหน กำลังทำอะไรแล้วจะต้องทำอะไรต่อไป

มองย้อนกลับไป สิ่งที่ยากบอก อยากเล่าให้ฟัง คือ **ปัญหาการทำงานส่งเสริมเด็ก พัฒนาการล่าช้า เด็กพิเศษ ในประเทศไทย** มีปัญหาใหญ่ที่สำคัญสองประการ คือ ๑) องค์ความรู้ด้านการส่งเสริมเด็กพัฒนาการล่าช้าเด็กพิเศษ ยังไม่ชัดเจน ๒) ปัญหาเรื่องพ่อแม่ยังไม่สามารถพึ่งตนเองได้

ปัญหาทั้งสองอย่างนี้เป็นปัญหาใหญ่และเป็นปัญหาสำคัญ ตลอด ๑๐ ปีที่ผ่านมาเราได้พยายามเรียนรู้และทดลองปฏิบัติเพื่อหาคำตอบว่าจะช่วยเหลือพ่อแม่และเด็กๆได้อย่างไร

มาถึงวันนี้ วันที่เรารู้สึกมั่นใจ เรารู้สึกว่าเราได้คำตอบแล้ว เราจึงอยากได้มีโอกาสแบ่งปันสิ่งที่เราได้เรียนรู้ให้พ่อแม่และเพื่อนๆบุคลากรสาธารณสุขรับทราบด้วย

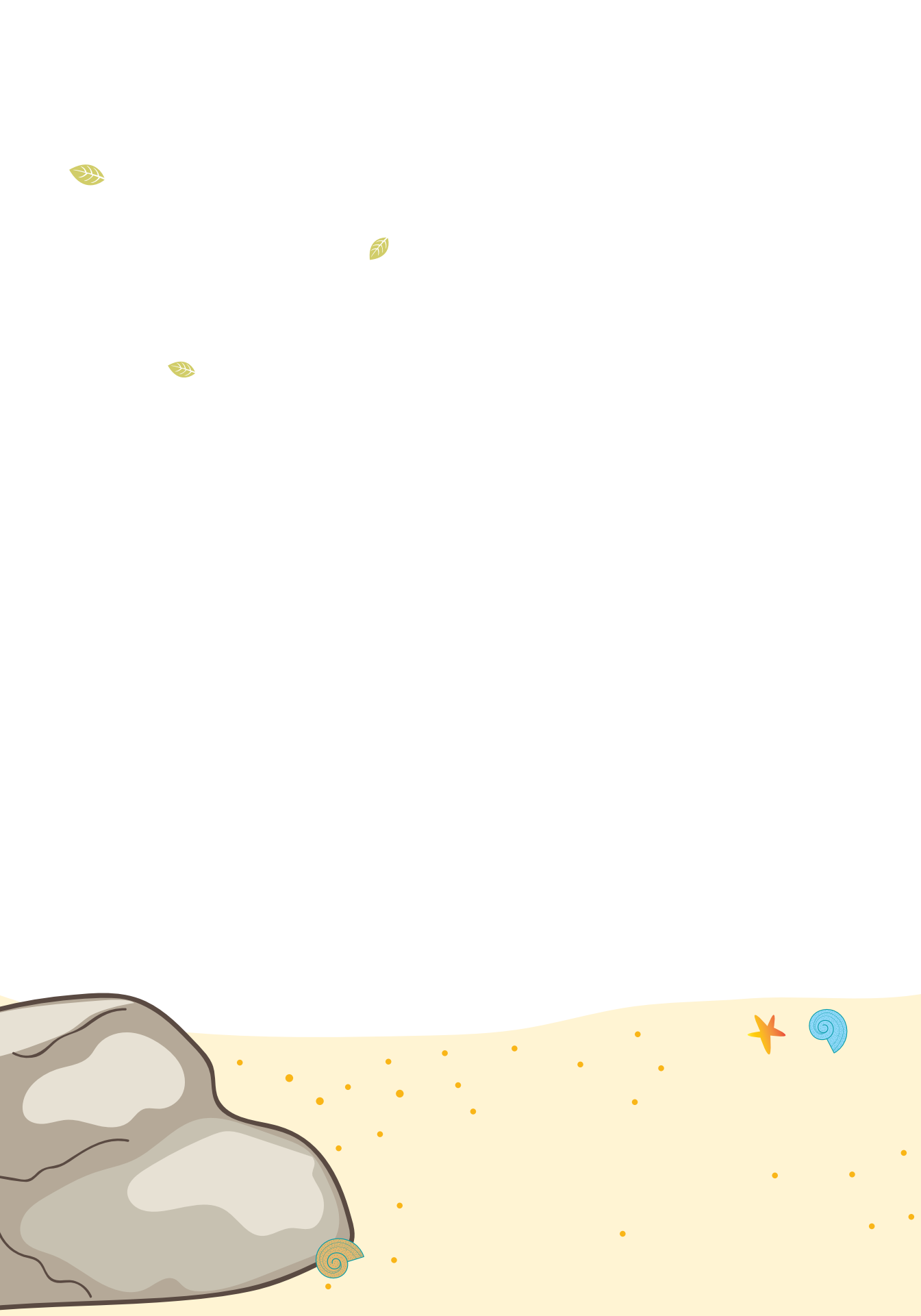
มีคนถามว่า ทราบได้อย่างไรว่าแนวทาง DIR/ฟลอร์ไทม์ คือ คำตอบ จริงหรือ ใช่หรือ ไม่ใช่ ได้อย่างไร เราตอบว่า **ไม่ทราบ ไม้รู้ เราก้ไม้รู้**

สิ่งที่เราอยากบอกทุกคน คือ พวกเรารู้สึกชอบวิธีการนี้ พวกเรามีความสุขในการทำงานเพิ่มมากขึ้น เราสนุกกับการได้เรียนรู้และลงมือทำ **เราตั้งใจที่ได้เห็นเด็กมีพัฒนาการที่ดีขึ้น** เด็กๆวิ่งเข้ามาหาเรา เพราะ อยากมาเล่นกับคุณครูอีก **พ่อแม่ดูมีเส้นทางที่ชัดเจนและสามารถพึ่งตนเองได้** ที่สำคัญ พวกเรารู้สึกหมดความสงสัย เราหมดความสงสัยแล้วว่า เราจะช่วยเหลือเด็กด้วยวิธีการใด ตอนนี้เรามีแต่ลงมือทำ ทำ สนุกกับสิ่งที่ทำ แล้วก็ค่อยๆเรียนรู้ต่อไปเรื่อยๆค่ะ



“สิ่งที่เราอยากเห็น เราอยากเห็นบุคลากรสาธารณสุขที่ทำงานกับเด็กพัฒนาการล่าช้า เด็กพิเศษ มีความสุขในการทำงาน เราไม่อยากเห็นการดูแลเด็กที่บุคลากรสาธารณสุขทำตามสิ่งที่ได้เรียนมา คือ จับเด็กฝึก จับเด็กทำ บังคับเด็ก ด้วยเหตุผลของความตั้งใจที่ดี คือ อยากให้เด็กดีขึ้น

บุคลากรสาธารณสุขหลายคนเล่าตรงกันว่าขณะจับเด็ก บังคับเด็ก และเด็กร้องไห้ พยายามจะหนี ความรู้สึกแวบหนึ่งในใจจะถามตัวเองว่า “ใช่หรือ สิ่งที่เรา กำลังทำอยู่นี้ถูกต้องแล้วจริงหรือ มันมีวิธีการอื่นที่จะช่วยฝึกเด็กได้อีกไหมนะ” แต่ก็ด้วยเหตุผลและภาระงานต่างๆ ที่มากมาย การทำงานก็ต้องกลับมาอยู่ในวงจรเดิม ทำตามสิ่งที่ทำตามกันมา ซ้ำๆ เดิมๆ อย่างไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้”



กิตติกรรมประกาศ

ขอบพระคุณ **รศ. พญ. กิ่งแก้ว ปาจริย์** ภาควิชาเวชศาสตร์ฟื้นฟู โรงพยาบาลศิริราช ผู้ริเริ่มสร้าง และนำองค์ความรู้ DIR/Floortime เข้ามาเผยแพร่ในประเทศไทย

ขอบพระคุณ **คุณเกียรติยง ประวิณวรกุล** นักจิตวิทยาคลินิก ผู้ร่วมสร้างและช่วยนำเวทีกลุ่มพ่อแม่เด็กพิเศษ ตลอดจนหลายปีของการสร้างองค์ความรู้ DIR/ฟลออร์ทaime

Thank you very much to **Rosemary White, OTR**. We felt so honored that we had chances to share cases and discussed with you. We really appreciated your kindness and enthusiasm to share your experience and wisdom.

Thank you very much to **Diane Selinger, Phd., Linda Cervenka, SPL, Sian Nash, Edu. Michele Parkins, OTR including every Profectum Academy Faculty**. We felt so grateful for all the learning opportunities. These had really enriched and deepened our understanding of the DIR/Floortime model. We hope to continue the journey as yours to help the child and family reach their full potential.

ขอบพระคุณ **รศ. พญ. นิตยา คชภักดี และ รศ. ดร. สายฤติ วรกิจโภคาทร** อดีตผู้อำนวยการสถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว และ **รศ. นพ. สุริยเดว ทรีปาตี** ผู้อำนวยการสถาบันฯ คนปัจจุบัน ผู้ให้โอกาส และสนับสนุนการทำงานของงานคลินิกพัฒนาการเด็ก ตลอด ๑๐ ปีที่ผ่านมา

ขอบคุณ**บุคลากรทุกคนในสถาบัน** รวมถึงคุณชมพูนุช สุมาลย์โรจน์ ที่ช่วยกันดูแลเด็กๆ และครอบครัวที่เข้ามาใช้บริการที่สถาบันเป็นอย่างดี

สุดท้ายพวกเราขอขอบคุณ**คุณพ่อคุณแม่และเด็ก ๆ ทุกคนที่เป็นครุคนสำคัญของพวกเรา** ขอคุณความไว้วางใจและความมีน้ำใจที่คุณพ่อคุณแม่มีให้กับพวกเราตลอดช่วงเวลาที่ผ่านมาค่ะ

ทีมงานคลินิกพัฒนาการเด็ก

Child Development Clinic Team

National Institute for Child and Family Development

Mahidol University



สารบัญ

คำนำ	3
บทนำ ลูกพัฒนาการล่าช้า เด็กพิเศษ เริ่มต้นอย่างไร	11
บทที่ ๑ มองเด็กอย่างเป็นองค์รวม...ฉบับความสุข	21
บทที่ ๒ พัฒนาการองค์รวม	37
บทที่ ๓ ความแตกต่างระบบประสาทของเด็ก	79
บทที่ ๔ สัมพันธภาพ	99
บทที่ ๕ เล่นกับลูก ... เวลาคุณภาพ	117
บทที่ ๖ โปรแกรมส่งเสริมเด็กพัฒนาการล่าช้า เด็กพิเศษ ที่บ้าน	149
บทที่ ๗ การฝึกร่างกาย	163
บทที่ ๘ การฝึกทักษะในชีวิตประจำวัน	183
บทที่ ๙ ภาพรวมการส่งเสริมเด็กพัฒนาการล่าช้า เด็กพิเศษ	207
บทที่ ๑๐ ตัวอย่างกิจกรรมในชีวิตประจำวันกับลูก	217
บทส่งท้าย พลังใจจากพ่อแม่สู่พ่อแม่ ... เรื่องเล่าจากครอบครัวน้องนนท์	229
ภาคผนวก	235
แบบประเมินพัฒนาการองค์รวม	237
แบบประเมินความแตกต่างระบบประสาทของเด็ก	241
แบบประเมินความสามารถด้านร่างกาย	247
แบบประเมินทักษะในชีวิตประจำวัน	249
สรุปเนื้อหาสำคัญของทั้งเล่ม	252
บรรณานุกรม	259

ลูกพัฒนาการล่าช้า
เด็กพิเศษ ...
เริ่มต้นอย่างไร



ลูกพัฒนาการล่าช้า เด็กพิเศษ...เริ่มต้นอย่างไร

ลูกพัฒนาการล่าช้า เด็กพิเศษ....เริ่มต้นอย่างไร

หลายท่านเล่าให้ฟังว่า การได้รับคำวินิจฉัยจากแพทย์เปรียบเหมือนฟ้าผ่าลงมากลางหัวใจของคนที่เป็นพ่อแม่ โลกทั้งโลกดูจะถล่มทลายลง อาการซาไปทั้งตัวเป็นเรื่องปกติที่เกิดขึ้น การร้องไห้อย่างรุนแรงที่สุดในชีวิตมักจะเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นตามมา และยังกลับมาร้องให้ได้อีกหลายๆ ครั้ง อย่างไม่สามารถหยุดยั้งได้

ไม่มีคำพูดหรือการปลอบใจใดๆ จากใคร จะช่วยบรรเทาความทุกข์ที่รุนแรงที่สุดในชีวิตครั้งนี้ของพ่อแม่ได้ หลายคนเล่าถึงกระบวนการรักษาตัวเอง หลายคนพูดตรงกันว่า **การได้กลับมา กอดลูก กอดให้แน่นที่สุด** ดูจะเป็นยารักษาใจที่มีประสิทธิภาพ และทรงพลังมากที่สุด

การร้องไห้เป็นกระบวนการที่สำคัญ การยอมและอนุญาตให้ตัวเองได้พักแช่อยู่กับความจริงของความรู้สึกเสียใจที่รุนแรงที่สุดในชีวิตครั้งนี้มีความสำคัญ ถ้าพ่อแม่ไม่ยอมหรืออนุญาตให้ตัวเองได้ผ่านกระบวนการที่สำคัญนี้หมอเชื่อว่า หมอเดาว่า บางสิ่งบางอย่างได้ขาดหายไป

พลังศรัทธา

มีคุณพ่อคุณแม่ครอบครัวหนึ่งเล่าให้ฟังถึงพลังของความศรัทธา คุณพ่อ **ศรัทธาในแนวทางที่ช่วยให้เด็กเติบโตขึ้นจากภายใน ให้เด็กมีชีวิต มีความคิดเป็นของตัวเอง** และคุณพ่อก็ **เชื่อมั่นในการฟังตนเอง** การลงมือทำช่วยเหลือลูกด้วยตัวเราเอง เราเป็นคนสำคัญที่สุดที่จะช่วยให้ลูกดีขึ้น

คุณพ่อเล่าว่าความศรัทธาช่วยให้เรามีกำลังใจที่จะก้าวเดินไป การลงมือทำ ทำให้ความเชื่อของเราเพิ่มมากขึ้น เพราะเห็นผลจากสิ่งที่ทำ

หมอขอบอกว่า พลังศรัทธา ที่คุณพ่อพูดมาก หมอเชื่อว่าพลังศรัทธาเป็นพลังที่สำคัญ พลังศรัทธาช่วยให้เรามีทิศทาง มีกำลังใจที่จะก้าวเดิน **เป็นเหมือนพลังภายในที่คอยช่วยจุดเรา เวลาที่เราอ่อนล้า หหมดแรง**

สิ่งที่อยากเพิ่มเติมจากที่คุณพ่อเล่ามา คือ จากประสบการณ์ที่ทำงานมา หมออยากให้คุณพ่อคุณแม่เชื่อมั่นว่า ปัจจุบันนี้เด็กที่มีปัญหาพัฒนาการล่าช้า เด็กพิเศษ สามารถดีขึ้นได้ และดีขึ้นได้อย่างมากๆ เด็กจำนวนหนึ่งสามารถกลับมาใช้ชีวิตเหมือนเด็กทั่วไป เล่นกับเพื่อนได้ พูดคุยโต้ตอบได้ ช่วยเหลือตัวเองในชีวิตประจำวันได้ เรียนหนังสือได้ ยิ่งถ้าเริ่มต้นลูกของเราอายุน้อย ยิ่งมีโอกาสมากที่สมองจะยังปรับเปลี่ยน เติบโตค่ะ

เมื่อคุณพ่อคุณแม่เริ่มลูกขึ้นได้บ้างแล้ว หมอขอแนะนำแนวทางในการเริ่มต้น ดังต่อไปนี้

การเริ่มต้นในการช่วยลูกไม่ได้เริ่มต้นที่การไปหาแพทย์หรือนักบำบัดที่เก่งที่สุด มีชื่อเสียงที่สุด ไม่ได้เริ่มต้นที่การใช้ยา และไม่ได้เริ่มต้นที่การฝึกลูกอย่างจริงจัง หมออยากชวนให้คุณพ่อคุณแม่เริ่มต้นด้วยการมองให้กว้างขึ้นถึงปัจจัยที่เกี่ยวข้องที่จะมีผลในการช่วยให้ลูกของเรามีพัฒนาการที่ดีขึ้น ดังต่อไปนี้ค่ะ

ปัจจัยแรก คือ สภาพครอบครัวที่อบอุ่น และปัจจัยสี่ที่พอเพียง

สภาพครอบครัวที่อบอุ่น หมายถึง ครอบครัวที่พ่อแม่ไม่ทะเลาะกัน พ่อแม่ร่วมพูดคุยกันสม่ำเสมอ และแบ่งหน้าที่กันเพื่อช่วยเหลือดูแลลูก ปัจจัยสี่ที่พอเพียง หมายถึง ปัจจัยพื้นฐานในการดำรงชีวิต ได้แก่ อาหาร บ้าน เงินใช้จ่ายในการกินอยู่ที่พอเพียง

ครอบครัวที่ยังพึ่งตนเองไม่ได้ เช่น ครอบครัวที่ยังอยู่ในสภาวะยากลำบาก ฐานะยากจนมาก หรือเด็กถูกทอดทิ้ง พ่อแม่ก็คงจะยังไม่มีเวลาที่มาคิด และลงแรงในเรื่องการกระตุ้นพัฒนาการลูกได้ พ่อแม่อาจเป็นห่วงลูก มาพบแพทย์ได้หนึ่งครั้งแล้วก็มักจะหายไป ส่วนครอบครัวที่พ่อแม่ยังทะเลาะกัน มีความรุนแรงในครอบครัว หรือ แม่มีภาวะซึมเศร้า ความรัก ความอบอุ่นในครอบครัวมีน้อย ก็พบว่ยังไม่พร้อมที่จะช่วยเหลือลูก

จากประสบการณ์ที่ทำงานมา หมอพบว่าถ้าครอบครัวไหนพ่อแม่ร่วมมือกัน พูดคุยกัน และลงมือช่วยเหลือลูก ไม่ได้ปล่อยให้เป็นที่หน้าที่ของใครคนใดคนหนึ่ง เด็กก็จะดีขึ้นได้เร็ว เวลาแนะนำอะไร พ่อแม่ก็นำไปคุยกัน ช่วยกันคิด ช่วยกันทำ ช่วยเตือนซึ่งกันและกัน เป็นปัจจัยสำคัญในการช่วยลูกให้ดีขึ้น

การเริ่มต้นในการช่วยเหลือลูก คุณพ่อคุณแม่อาจเริ่มด้วยการสำรวจสภาพครอบครัวของเรา ก่อน ถ้าปัจจัยสี่เรามีพอเพียงแล้ว การเน้น **สัมพันธภาพในครอบครัว** โดยเริ่มต้นง่ายๆ ด้วยการ **หันหน้าเข้าพูดคุยกันของพ่อและแม่** ให้กำลังใจซึ่งกันและกัน เป็นเรื่องสำคัญมาก

ปัจจัยที่สอง คือ การบริหารจัดการเรื่องเวลา

พัฒนาการลูกจะดีขึ้นมากแค่ไหน ขึ้นกับปริมาณเวลาคุณภาพที่เราให้กับลูก **ถ้าเรามีเวลาให้ลูกน้อยโอกาสที่ลูกจะดีขึ้นก็จะช้าลง** อาจจะนานหลายปี ซึ่งตอนนั้นเด็กในวัยเดียวกันก็จะยิ่งพัฒนาความสามารถห่างออกไปจากลูกเรามากขึ้นเรื่อยๆ ในช่วงเล็กๆ ถ้าเราลงมือ ลงแรงเต็มที่ ความแตกต่างของพัฒนาการก็อาจจะยังพอดูตามกันได้ทัน ขอแนะนำ คือ คุณพ่อคุณแม่ลองพยายามบริหารจัดการให้มีเวลากับลูกมากขึ้น

การเริ่มต้นที่ง่ายที่สุดในสังคมยุคปัจจุบัน คือ เริ่มต้นด้วยการตัด social media ลงฝึกที่จะเล่น Line Facebook TV Internet โทรศัพท์มือถือ ให้น้อยลง หรือ ตั้งกฎกับตัวเองว่าเมื่อเข้าบ้าน ช่วงเวลาที่กำลังอยู่กับลูกจะปิดสื่อ Social media ต่างๆ ทั้งหมด

บางครั้งครอบครัวบริหารจัดการเวลาด้วยการบอกเจ้านายและเพื่อนร่วมงาน ญาติพี่น้อง อย่างตรงไปตรงมาเพื่อขอกลับบ้านทันทีเมื่อหมดเวลางาน พยายามค่อยๆลดภาระและบทบาททางสังคมลง การไปงานเลี้ยงสังสรรค์ต่างๆ ที่ยังไม่จำเป็นงดไปก่อน บางครอบครัวก็ค่อยๆพยายามมองหาตัวช่วย เช่น ให้มีคนเข้ามาช่วยงานบ้านเพิ่มขึ้น เพื่อเวลาเลิกงานแล้วจะได้มีเวลาคุณภาพให้ลูกอย่างเต็มที่ แต่ละครอบครัวก็มีวิธีที่แตกต่างกันออกไป **ความสำเร็จในการช่วยเหลือลูกจึงรวมถึงความสามารถในการบริหารจัดการชีวิตครอบครัวโดยรวม**

ปัจจัยที่สาม คือ ศึกษาเรียนรู้วิธีการช่วยเหลือลูก

ในหนังสือเล่มนี้หมอได้แนะนำแนวทางในการส่งเสริมพัฒนาการลูก ที่ชื่อว่า **DIR/ฟลอร์ไทม์** เป็นแนวทางส่งเสริมพัฒนาการลูกผ่านการเล่น และการทำกิจวัตรประจำวันที่บ้าน

แนวทาง DIR/ฟลอร์ไทม์ จะช่วยให้คำตอบคุณพ่อคุณแม่ ชี้ให้คุณพ่อคุณแม่มองเห็นถึงความแตกต่างของเด็กแต่ละคน ลูกของเราแสดงออกพฤติกรรมที่ต่างกัน โดยเฉพาะในกลุ่มเด็กพิเศษ ที่อาจมีพฤติกรรมที่คุณพ่อคุณแม่แปลกใจ สงสัย และไม่ชอบ เช่น เด็กบางคนไม่นิ่งเลย บางคนชอบหมุนตัว บางคนดูเฉื่อยๆนิ่งๆไม่ค่อยสนใจสิ่งรอบตัว บางคนไม่ค่อยสนใจเวลาพ่อแม่พูดด้วย แต่พอเป็นคนอื่นๆพูดด้วยน่าเสียง อารมณ์อีกแบบหนึ่งลูกดูตื่นตัวสนใจมากกว่า ทำไม เพราะอะไร

คุณพ่อคุณแม่จะได้เรียนรู้สิ่งที่สำคัญที่สุด คือ **เรียนรู้ที่จะรู้จักและเข้าใจลูกให้ละเอียดขึ้น เข้าใจความแตกต่างของลูก** ที่แสดงออกเป็นพฤติกรรมต่างๆ และที่สำคัญมากๆ คือ เรียนรู้ที่จะปรับตัวเรา ปรับสิ่งแวดล้อมให้เหมาะสมกับการช่วยเหลือพัฒนาลูก **กระบวนการนี้เป็นสิ่งที่สำคัญที่สุด**

แนวทาง DIR/ฟลอร์ไทม์ เน้นเรื่องอารมณ์และสัมพันธภาพในครอบครัว โดยเชื่อว่า**อารมณ์เป็นพลังที่อยู่เบื้องหลังการพัฒนาเด็ก** ถ้าเด็กมีอารมณ์ มีแรงจูงใจ การพัฒนาจะออกมาจากภายในของตัวเอง **อารมณ์เป็นเบื้องหลังที่ทำให้เด็กแสดงพฤติกรรมต่างๆ** ทั้งที่เราชอบ และไม่ชอบ ถ้าเราอยากแก้ปัญหาพฤติกรรมของลูก เราก็น่าจะต้องแก้ที่สาเหตุ คือ ช่วยลูกให้รู้จัก เข้าใจอารมณ์ของตัวเอง ให้ลูกเรียนรู้ที่จะกำกับควบคุมพฤติกรรมของลูกด้วยตัวของลูกเอง

ปัจจัยที่สี่ คือ การฝึกกระตุ้นพัฒนาการกับนักบำบัด

การพบนักบำบัดสาขาต่างๆ เพื่อรับคำแนะนำและช่วยฝึกกระตุ้นพัฒนาการลูกเป็นเรื่องสำคัญ และมีความจำเป็น

ประเด็นสำคัญที่อยากปรับเปลี่ยนมุมมอง คือ การเริ่มต้นช่วยเหลือลูก ไม่ได้เริ่มจากการพา ลูกไปฝึกตามที่ต่างๆมากมาย แต่เริ่มจากการการสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีภายในครอบครัว พ่อแม่หัน หน้าเข้าคุยกัน ปรึกษากันวางแผนที่จะช่วยเหลือลูก การบริหารจัดการเวลา และ ที่สำคัญที่สุด คือ การศึกษาเรียนรู้แนวทาง วิธีการ

การฝึกกับนักบำบัด คุณพ่อคุณแม่อาจเลือกเฉพาะที่จำเป็นหลักๆ ที่คุณพ่อคุณแม่รู้สึกชอบ พอใจ ไปพบแล้วได้รับประโยชน์ ได้กำลังใจ ซึ่งถ้าปัจจัยพื้นฐานทั้งสามข้างต้นมีความพร้อม เมื่อพ่อแม่ได้รับคำแนะนำเพิ่มเติมจากนักบำบัด คุณพ่อคุณแม่ก็จะมีเวลานำไปปฏิบัติ มีเวลาลงมือทำ ส่งเสริมพัฒนาการลูกด้วยตัวเองที่บ้าน เกิดสัมพันธ์ภาพที่ดีในครอบครัว

ควรฝึกกับนักบำบัดคนไหนดี ถ้าเป็นต่างจังหวัดอาจไม่มีให้เลือก ที่อำเภอมีใครเราก็ต้องเอา คนนั้น เรียกว่ามีนักบำบัดช่วยฝึกลูกก็โชคดีแล้ว สำหรับในกรุงเทพที่มีตัวเลือกมากมาย ขอแนะนำ ง่ายๆ คือ **ลูกต้องชอบคุณครูคนนั้น** ถ้าลูกโยเย ไม่อยากไป หรือ ขณะฝึกลูกต้องถูกบังคับมาก ลูกร้องไห้ การฝึกนั้นคุณพ่อคุณแม่สามารถตอบได้ทันทีว่าไม่มีประโยชน์สำหรับลูก ครูฝึกที่เก่ง ต้องรู้วิธีหลอกล่อให้ลูกเกิดแรงจูงใจอยากทำ หรือถ้าลูกไม่ยอมทำก็มักเกิดจากงานนั้น การฝึกนั้นยังยากไป ไม่เหมาะกับลูกของเรา การเรียนรู้จะไม่เกิดขึ้น ถ้าลูกถูกบังคับให้ทำ หรือถ้าลูกต้องบาดเจ็บทางจิตใจ

ปัจจัยที่ห้า คือ การใช้ยา หรือ เทคโนโลยีใหม่ๆ

ปัญหาที่พ่อแม่มักถาม คือ เรื่องวิธีการใหม่ๆ ที่พ่อแม่อาจจะไปอ่านเจอใน internet หรือมีคนแนะนำมา หรือมีคนบอกว่าลูกควรจะทำร่วมกันด้วย เพราะ เห็นเด็กอีกคนหนึ่งกินแล้วดีขึ้นบ้าง ที่สำคัญ ข้อมูลเทคโนโลยีใหม่ๆ เหล่านี้มักยังไม่มีผลชัดเจนว่าได้ผล แต่มักเป็นเหมือนบอกต่อกัน มา เห็นจากโฆษณาบ้าง ที่สำคัญทุกอันมีราคาแพงมากๆ หมอขอตอบคำถามนี้แบบง่ายๆ คือ ไม่มีอะไรได้มาง่ายๆ การช่วยให้ลูกดีขึ้น ก็ไม่มี magic หรือ miracles คำตอบของหมอเมื่อพ่อแม่มาถามอะไรที่ใหม่ หมอมักจะแนะนำพ่อแม่ให้ทำพื้นฐานปัจจัยทั้ง ๔ อย่างที่กล่าวมาข้างต้นให้ดีกว่า ส่วนการรักษาทางเลือกใหม่ๆ อื่นๆ เป็นเหมือนอาหารเสริม ถ้าพ่อแม่รวยมากๆ มีเงินเหลือมากๆ และ ลูกไม่เจ็บตัว ไม่ได้มีการนำสารเคมีอะไรแปลกๆ มาใส่ตัวลูก ไม่ได้เสียเวลาอะไรมากมายนัก พ่อแม่อยากจะทำ อยากทดลองก็แล้วแต่พ่อแม่เห็นสมควร แต่ต้องบอกตรงๆว่า พ่อแม่ที่ไปลอง เทคโนโลยีใหม่ๆต่างๆ เสียเงินเป็นแสนๆ ทุกคนกลับมาบอกว่า ยังไม่เห็นความแตกต่าง

กระบวนการเรียนรู้

การศึกษาเรียนรู้แนวทาง วิธีการ ช่วยเหลือลูกเป็นกระบวนการที่สำคัญ เปรียบเหมือนกับว่าเรามีแผนที่นำทาง ถ้าพ่อแม่**มีแผนที่ในการนำพา**ลูก ถึงแม้เราจะเดินช้าหรือเร็ว ลูกเราจะไปได้ช้าหรือเร็ว อย่างน้อยที่สุด เรารู้ว่าเรากำลังไปถูกทิศถูกทาง เราค่อยๆ ใกล้เคียงเป้าหมายขึ้นเรื่อยๆ

พ่อแม่ที่ไม่ได้ศึกษาเรียนรู้ ก็เปรียบเหมือนพ่อแม่ที่กำลังช่วยเหลือลูกโดยเดินแบบสะเปะสะปะ อาจพาลูกหลงทิศ หลงทาง เดินย้อนไปมา ยิ่งทำ ยิ่งเสียเวลา ลูกก้าวไปข้างหน้าสองก้าว ถอยไปข้างหลังอีกห้าก้าว วนไปวนมาอยู่กับที่เดิม

เวลาที่ลูกดีขึ้นช้า สิ่งทีพบในทุกครอบครัว คือ ความกังวล ความทุกข์ใจจะยิ่งเพิ่มขึ้น ปัญหาอื่นๆ เริ่มตามมา ครูเริ่มรับไม่ไหว ขอให้ออกจากโรงเรียนบ้าง เป็นวงจรที่วนไปมา จนหลายครอบครัว คุณพ่อคุณแม่เองก็เริ่มยอมรับในโชคชะตาของการมีลูกเป็นเด็กพิเศษ “มันก็เป็นแบบนี้แหละ” เริ่มโทษสิ่งรอบตัว โทษโรงเรียน โทษครูซึ่งก็ยิ่งเป็นวงจรของความรู้สึกละอายใจที่เกิดขึ้นภายในครอบครัว ซึ่งจริงๆ แล้วไม่ใช่ ไม่ใช่อย่างยิ่ง ลูกเด็กพิเศษก็ดีขึ้นได้และดีขึ้นได้มากๆ ถ้าเราศึกษาเรียนรู้ หาวิธีการที่จะช่วยเหลือลูกและลงมือทำอย่างเต็มที่

ฉะนั้นข้อแนะนำที่สำคัญมากๆ คือ ขอแนะนำให้ศึกษาเรียนรู้แนวทางในการช่วยเหลือลูก เป็นปัจจัยที่สำคัญมากๆ **อย่าช่วยลูกแบบสะเปะสะปะ ไม่รู้ทิศรู้ทาง**

การเรียนรู้ที่ดีที่สุด คือ การลงมือทำ อ่านแล้วลงมือทำ กล้าลองผิดลองถูก ลงมือทำ ผิดก็คิดทบทวนไตร่ตรองบ่อยๆ พบแพทย์ นักวิชาชีพเพิ่มเติมเพื่อขอคำแนะนำ คุณพ่อคุณแม่ที่ลงมือทำจะประจักษ์ด้วยตัวเอง จะไม่สงสัย เพราะผลที่เห็น คำตอบที่ได้จะมาจากตัวของเด็กเอง แวดตา รอยยิ้ม และความมีชีวิตชีวาของลูกที่เพิ่มขึ้นจะช่วยให้คุณพ่อคุณแม่มั่นใจในสิ่งที่ลงมือทำ

คำถามที่พบบ่อย ลูกเป็นหนักรามากไหม ลูกจะดีขึ้นแค่ไหน

คำถามนี้เป็นอีกคำถามหนึ่งที่ตอบได้ยาก เพราะ ขึ้นกับหลายปัจจัย และถ้าลูกเป็นน้อยก็ไม่ได้แปลว่าลูกจะดีขึ้นได้เร็ว ยิ่งลูกเป็นน้อย มักจะพบว่าพ่อแม่ยิ่งประมาท ไม่ค่อยลงมือทำเต็มที่ จึงมักพบว่าเด็กก็ไม่ค่อยดีขึ้นมาก ส่วนบางครอบครัวที่ลูกเป็นมาก มีพัฒนาการล่าช้ามาก หรืออยู่ในกลุ่มเด็กพิเศษ แต่พ่อแม่ตั้งใจลงมือลงแรงเต็มที่ เด็กก็อาจจะยังไม่ดีขึ้นมากในปีสองปีแรก เพราะเป็นช่วงที่สมองยังไม่ค่อยเข้าที่เข้าทาง พ่อแม่เองก็เพิ่งเรียนรู้อยู่ในช่วงปรับตัว ทดลองทำ ลองผิดลองถูก เมื่อผ่านไปแล้วสักพักใหญ่ๆ อย่างน้อยก็ ๑-๒ ปีเต็ม พ่อแม่ก็จะเริ่มแปลกใจที่เห็นลูกค่อยๆ ดีขึ้น

การรับรู้ของลูกเริ่มเข้าที่เข้าทางมากขึ้น ลูกเรียนรู้ได้เร็วขึ้น ลูกทำตามพ่อแม่ง่ายขึ้น พ่อแม่เองก็เก่งขึ้น คล่องขึ้น เด็กดีขึ้นเรื่อยๆ ทุกครั้งที่เจอกัน เป็นเหมือนม้าตีนปลายที่กำลังค่อยๆ วิ่งตามมา

ฉะนั้นการจะบอกว่าลูกจะดีขึ้นมากแค่ไหน หมอจึงมักจะแนะนำให้พ่อแม่ลงมือทำให้เต็มที่ ส่วนจะดีขึ้นจนเป็นเหมือนปกติได้มากแค่ไหนอาจพอจะบอกได้คร่าวๆ หลังจากหนึ่งปีไปแล้ว ซึ่งตอนนั้นก็จะพอตอบคำถามนี้ได้อย่างมีเหตุและผลประกอบได้ชัดเจน

โดยหลักๆ เด็กแต่ละคนจะดีขึ้นมากแค่ไหน ขึ้นกับปัจจัยสำคัญ ๓ ประการ คือ
๑) ศักยภาพของตัวเอง ว่ามีความรุนแรงของภาวะโรคที่เป็นมากแค่ไหน มีโรคทางกาย โรคทางพันธุกรรม ภาวะทางสมองร่วมด้วยหรือไม่ **๒) ความทุ่มเทสติปัญญา แรงกาย แรงใจของพ่อแม่** และปัจจัยสนับสนุนจากบุคคลรอบข้างมีความพร้อมเพียงใด **๓) วิธีการส่งเสริมพัฒนาการลูกที่ถูกต้อง** ถ้าไปผิดทาง เด็กก็จะอาจจะดีขึ้นได้ช้า

ความเปลี่ยนแปลงและความไม่แน่นอน

ตลอดระยะเวลาของการพยายามช่วยเหลือ ดูแลลูก แต่ละครอบครัวก็มีช่วงของวิถีชีวิตที่แตกต่างกันออกไป ทุกครอบครัวเผชิญปัญหาที่แตกต่างกันที่ส่งผลถึงตัวเด็ก บางครอบครัวเมื่อลูกค่อยๆ เริ่มดีขึ้น พ่อแม่เริ่มมั่นใจในแนวทาง วิธีการช่วยเหลือลูก มั่นใจว่าลูกจะต้องดีขึ้นเรื่อยๆ ตัวพ่อ หรือแม่เอง กลับได้รับการวินิจฉัยโรคมะเร็งในระยะเริ่มต้น และต้องเข้าสู่กระบวนการรักษา บางครอบครัวมีเรื่องการเจ็บป่วยของปู่ย่า ตายาย ญาติพี่น้อง บางครอบครัวมีสมาชิกใหม่เกิดขึ้นมา ทำให้คุณพ่อคุณแม่มีเวลาให้ลูกน้อยลง บางครอบครัวย้ายบ้าน ย้ายที่ทำงานย้ายไปอยู่จังหวัดอื่น ทั้งหมดนี้เป็นปัจจัยที่ส่งผลถึงการดูแล ส่งเสริมพัฒนาการลูก

ทักษะชีวิตของพ่อแม่จึงเป็นปัจจัยสำคัญ อาจเรียกได้ว่าสำคัญที่สุดในการจะบอกว่าลูกจะดีขึ้นมากแค่ไหน พ่อแม่ที่มีทักษะชีวิตที่แข็งแรงพร้อมรับความเปลี่ยนแปลงที่อาจเกิดขึ้นได้ตลอดเส้นทางนี้จะเป็นครอบครัวที่สามารถช่วยนำพา ส่งเสริมพัฒนาการลูกได้อย่างยั่งยืน



คุณพ่อคุณแม่ที่ลงมือทำจะประทับใจ
ด้วยตัวเอง จะไม่สงสัย เพราะผลที่เห็น
คำตอบที่ได้จะมาจากตัวของเด็กเอง แวตา
รอยยิ้ม และความมีชีวิตชีวาของลูกที่เพิ่มขึ้น
จะช่วยให้คุณพ่อคุณแม่มั่นใจในสิ่งที่ลงมือทำ

บทที่ ๑

มองเด็ก
อย่างเป็นองค์รวม
...ฉบับความสุข



มองเด็กอย่างเป็นองค์รวม

- รู้จักน้องกับต้น เข้าใจน้องกับต้น
- DIR/Floortime เปรียบเทียบการเจริญเติบโตของเด็กเหมือนการปลูกต้นไม้
- ต้นไม้จะมีกิ่งใบเจริญงอกงาม เติบโตได้ ก็ต่อเมื่อรากและลำต้นสมบูรณ์
- ถ้าพ่อแม่เน้นฝึกทักษะเด็กอย่างเดียวโดยละเลยการสร้างและฝึกฝนพื้นฐานระบบประสาท ละเลยการส่งเสริมพัฒนาการหลักที่สำคัญของชีวิต พ่อแม่ก็จะเจอปัญหาเด็กคิดเองไม่ได้ สอนแล้วไม่จำ ได้หน้าลืมหลัง สอนแล้วก็ต้องสอนอีก เด็กดูไม่ค่อยงอกงาม ไม่สามารถเจริญเติบโตได้ด้วยตัวเอง

น้องกัปตัน



น้องกัปตัน อายุ ๒ ปี ๘ เดือน เด็กชายตัวเล็กๆ ที่มีรอยยิ้มและแววตาสดใส คุณแม่พามาพบแพทย์ด้วยความกังวลเรื่องน้องกัปตัน**มีภาษาล่าช้ากว่าเด็กวัยเดียวกัน** น้องกัปตันพูดเป็นคำๆ ได้ประมาณ ๑๐ คำ น้องกัปตันเข้าใจคำพูดแม่และสามารถทำตามคำสั่งง่ายๆในชีวิตประจำวันได้

สิ่งที่คุณแม่กังวล อีกเรื่องคือ น้องกัปตันจะ**ไม่ค่อยนั่ง**ในห้องของเล่น น้องกัปตันชอบเดินสำรวจ สิ่งของต่างๆในห้อง หยิบจับสิ่งของที่ตัวเองสนใจ เมื่อเลื้อยไปเห็น ของชิ้นใหม่ก็จะวางของเล่นชิ้นเดิม แล้วไปหยิบของเล่นชิ้นใหม่ คุณแม่เล่าว่าน้องกัปตันยัง**ไม่เล่นของเล่นได้เป็นชิ้นเป็นอัน** เหมือนเด็กวัยเดียวกัน การเล่นของน้องกัปตันจะเป็นลักษณะหยิบจับ วางมากกว่า ทุกวันคุณแม่มักจะเหนื่อยกับการตามเก็บของเล่นที่วางอยู่เกลื่อนกลาดเต็มห้อง

การเล่นที่กัปตันชอบ คือ เล่นโยนลูกบอลขึ้นบนเพดาน ในห้องที่มีลูกบอลเล็กๆ กัปตัน จะตามเก็บลูกบอล โยนขึ้นบนเพดาน แล้วหัวเราะสนุก **เมื่อคุณพ่อเข้ามาร่วมเล่นด้วย** กัปตันจะยิ่งสนุกมากขึ้น กัปตันยิ้ม มองคุณพ่อ ผลัดกัน โยน ลูกบอลขึ้นบนเพดานอย่างสนุกสนาน เวลาเล่นสนุกสนานที่สนุกมากๆ กัปตันจะยิ้ม มองพ่ออย่างจดจ้อง หัวเราะ แล้วค่อยๆ ใช้ภาษาพูดบอกความต้องการ “อะ อะ เอา เอา”



สิ่งที่คุณพ่อมักจะแปลกใจ คือ เมื่อคุณพ่อพยายามพลิกแพลงการเล่นให้ซับซ้อนขึ้น เช่น เอาตะกร้ามาคว่ำปิดลูกบอลไว้ หรือเอาลูกบอลซ่อนในเสื้อ กัปตันจะมอง สีหน้าดุงง กัปตันดูเหมือนไม่รู้ว่าจะขยับร่างกายอย่างไรเพื่อเอาลูกบอลมาเล่นต่อได้ **เมื่อคุณพ่อเล่น เขียร์ และให้เวลากัปตันได้พยายาม อยู่กับความงง สงสัยลักลัก กัปตันก็จะค่อยๆ ทำได้** คุณพ่อแปลกใจมากกว่าเรื่องง่ายๆ ที่เป็นสัญญาณธรรมชาติธรรมดาๆ การแก้ปัญหารธรรมดาดูแบบนี้ ทำไมดูเป็นเรื่องยาก เป็นเรื่องที่ต้องใช้ความพยายามสำหรับลูก พ่อเคยคิดว่ากัปตันอาจมีปัญหาด้านสติปัญญาหรือเปล่า แต่สัญญาณของคุณพ่อเชื่อว่าไม่ใช่

เวลาไม่มีอะไรทำ กัปตันดูลอยๆ เดินไปมา บางครั้งเมื่อเรียก ก็ดูไม่สนใจ แต่ถ้าคุณแม่ปรับโดยใช้หน้าเสียง ที่ตึงขึ้น ชัดเจน หนักแน่นขึ้น **กัปตัน จะหันมามอง ยิ้มให้ แล้วเดินมาหาแม่** การใช้ภาษาที่ยาว ซับซ้อน กัปตันจะไม่เข้าใจ กัปตันจะทำได้เพียงคำสั่งหนึ่งขั้นตอนง่ายๆ เท่านั้น

เวลากัปตันเหนื่อย กัปตันชอบที่จะมาเอาขวดนมที่อยู่ในกระเป๋าคูณแม่ พยายามจะหยิบ หา คุณแม่ก็มักจะช่วยหยิบให้ ทำให้ เมื่อได้ขวดนม กัปตันจะนอนหนุนตักแม่ ดูดขวดนมอย่างสบายใจ

กัปตันสามารถสื่อสารความต้องการได้สั้นๆ เช่น เวลาอยากออกไปข้างนอก กัปตันจะไปงูมมือแม่มาที่ประตู และพูดว่า “ไป ไป เปิด” หรือ เมื่อพ่อกลับมาบ้าน เป็นเวลาที่กัปตันจะได้ไปขี่มอเตอร์ไซด์เล่นกับพ่อ กัปตันก็จะรีบเอากุญแจรถมาให้พ่อ พาไปที่ประตู และ ทูบประตู บอกให้พ่อ “ไป ไป” ถ้าพ่อไม่ทำตาม กัปตันก็จะร้องงอแง เสียงร้องของกัปตันเป็นเหมือนเชือกที่กระตุกเรียกให้คนทั้งบ้านทำตามได้ **ด้วยความรัก และ ไม่รู้เนื้อรู้ตัว คุณพ่อคุณแม่จะตามใจและยอมตามทุกอย่างเพื่อให้ลูกหยุดร้อง**



รู้จัก DIR/Floortime

Prof. Dr. Stanley Greenspan จิตแพทย์เด็ก จากมหาวิทยาลัยวอชิงตัน ประเทศสหรัฐอเมริกา ผู้คิดค้นหลักการพัฒนาเด็กโดยเฉพาะกลุ่มเด็กพัฒนาการล่าช้า เด็กพิเศษ และ กลุ่มเด็กออทิสติก เรียกว่า แนวทาง DIR/Floortime

หลักการสำคัญของแนวทางนี้เป็นไปตามอักษรย่อ DIR (Developmental-Individual-Relationship based Model) คือ

- Developmental (D) คือ พัฒนาการองค์รวม
- Individual differences (I) คือ ความแตกต่างระบบประสาทของเด็ก
- Relationship-based (R) คือ สัมพันธภาพ

Floortime เป็นเทคนิควิธีการในการพัฒนาเด็กตามแนวทาง DIR คำว่า Floortime แปลอย่างง่าย ๆ ตรงไปตรงมา คือ เวลาที่ผู้ใหญ่ลงมาอยู่ที่พื้นเพื่อเล่นกับเด็ก

เพื่อความเข้าใจที่ง่ายขึ้น Prof. Dr. Stanley Greenspan ได้เปรียบเทียบการพัฒนาเด็กตามแนวทาง DIR เหมือนกับการเจริญเติบโตของต้นไม้ เราลองมาทำความเข้าใจหลักการ DIR โดยเปรียบเทียบกับน้องกบตัน ดังต่อไปนี้



Floortime เวลาที่ผู้ใหญ่ลงมาอยู่ที่พื้นเพื่อเล่นกับเด็ก



เข้าใจน้องกับต้น

ราก หมายถึง ความแตกต่างระบบประสาทของเด็ก



น้องกัปตันมีพื้นฐานระบบประสาทที่แตกต่างจากเด็กทั่วไป

ระบบการได้ยินที่ค่อนข้างเฉื่อย เช่น เสียงนกร้อง เสียงเพลงสบายๆ เสียงคนพูดกัน น้องกัปตันอาจจะไม่สนใจ โดยเฉพาะถ้ากำลังเล่น หรือ สนใจ สิ่งอื่นๆ อยู่ แต่ถ้าเสียงนั้นมีอารมณ์ มีแรงดึงดูด เช่น แม่พูดด้วยน้ำเสียงตื่นเต้น พร้อมรอยยิ้ม หรือ หน้าดุ ให้กัปตันมองเห็นร่วมด้วย กัปตันจะสนใจ การรับรู้และเข้าใจข้อความที่แม่พูดจะเพิ่มมากขึ้น สามารถปฏิบัติตามสิ่งที่ แม่บอกหรือสั่งได้

ระบบสมองสั่งการกล้ามเนื้อที่ไม่คล่องแคล่ว (motor planning) ร่วมกับความตึงตัวของกล้ามเนื้อที่ค่อนข้างอ่อน (hypotone) ทำให้ทักษะ การเล่นของเล่นของน้องกัปตันเป็นแบบง่ายๆ หยิบ จับ วาง โยน แบบเด็ก เล็กๆ หรือ เมื่อต้องยืนหรือเล่นทำกิจกรรมไปสักระยะ ก็มักจะล้มง่าย ภาพที่ เห็นประจำ คือ น้องกัปตันลงไปนอนไถล กลิ้งตัวอยู่กับพื้น ทำนองก็มักจะดู แตกต่าง ไม่ค่อยมั่นคง

ระบบการมองเห็นที่ค่อนข้างไว เมื่อตาเหลือบไปเห็นสิ่งใหม่ก็จะ หันเหไปตามสิ่งที่มองเห็นได้ง่าย ทำให้ดูเหมือนเป็นเด็กที่ไม่ค่อยนิ่ง ไม่มีสมาธิ จดจ่อ เปลี่ยนของเล่นไปมา

รากต้นไม้เปรียบเหมือนระบบประสาท
ของเด็กแต่ละคนที่แตกต่างกัน

ลำดับ หมายถึง พัฒนาการองค์รวม



แนวทาง DIR แบ่งพัฒนาการหลักเป็น ๖ ชั้น คือ

พัฒนาการขั้น ๑ - ความสามารถในการสงบ สนใจ จัดจ้อยกับสิ่งรอบตัว (self regulation and interest in the world) น้องกับต้นมีความสนใจ กระตือรือร้นในการเรียนรู้ สำรวจสิ่งใหม่ๆ รอบตัว อย่างไรก็ตามด้วยความบกพร่องของระบบสั่งการกล้ามเนื้อ และ ระบบการมองเห็นที่ค่อนข้างไว ทำให้สมาธิหรือการจัดจ้อยกับการเล่น ยังไม่เท่าได้ก๊วยเดียวกัน

พัฒนาการขั้น ๒ - สัมพันธภาพกับคน (relationship) น้องกับต้นมีสัมพันธภาพที่ดีกับพ่อแม่ เข้าหาพ่อแม่เมื่อต้องการความช่วยเหลือ ต้องการที่พึ่งพิง น้องกับต้นสามารถจัดจ้อยในการเล่นกับพ่อแม่ได้นาน ถ้ากิจกรรมการเล่นนั้นไม่ยาก ไม่ซับซ้อนเกินไป

พัฒนาการขั้น ๓ - สื่อสารความต้องการด้วยท่าทาง (emotional gestures) กับต้นสื่อสารความต้องการโดยชีบอ ดึงมือ หรือส่งเสียงแสดงสีหน้าที่สื่อสารบอกอารมณ์ กับต้นเข้าใจการสื่อสารของคนอื่นๆ เช่น เมื่อคุณแม่ยกมือทำท่าจะอุ้ม กับต้นเข้าใจความต้องการของแม่ และตอบสนองด้วยการวิ่งไปกอดแม่

พัฒนาการขั้น ๔ - สื่อสารเพื่อแก้ปัญหาได้ต่อเนื่อง (problem solving communication) ในเหตุการณ์ประจำ กิจกรรมที่ทำบ่อยๆ กับต้นสามารถสื่อสารเพื่อแก้ปัญหาได้ เช่น ดึงมือแม่ ชี้ไปที่ตุ๊กเต๋น หยิบกุญแจรถให้พ่อ และถ้ายังไม่ได้รับการตอบสนองก็จะแก้ปัญหาด้วยวิธีการใหม่ๆ เช่น ร้องไวยวาย จนกว่าจะได้ พื้นฐานระบบประสาทโดยรวมที่ยังไม่คล่องแคล่ว ประกอบกับการสั่งการกล้ามเนื้อที่ยังบกพร่อง ทำให้เมื่อเจอปัญหาใหม่ๆ เรื่องใหม่ๆ เช่น พ่อเอาลูกบอลไปซ่อนในเสื้อ กับต้นอาจต้องใช้เวลาานมากกว่าเด็กคนอื่นๆ

พัฒนาการขั้น ๕ - การคิดและการใช้ภาษาสื่อสาร (emotional idea) น้องกับต้นยังมีพัฒนาการไม่ถึง

พัฒนาการขั้น ๖ - การเชื่อมโยงเหตุและผล (emotional thinking) น้องกับต้นยังมีพัฒนาการไม่ถึง

ลำดับเปรียบเหมือนพัฒนาการหลักที่เด็กทุกคนจำเป็นต้องทำได้
เพื่อให้มีชีวิตรอด สามารถพึ่งตนเองได้

คนดูแลต้นไม้ หมายถึง สัมพันธภาพที่อบอุ่น



กัปตันได้รับความรัก ความอบอุ่น และการดูแลที่ต่อเนื่องจากพ่อแม่ คุณพ่อคุณแม่ดูแลเรื่องอาหาร ครบ ๕ หมู่ พาไปฉีดวัคซีน อ่านนิทานให้ลูก ฟัง พาไปเที่ยว เจอประสบการณ์ใหม่ๆ

คุณพ่อคุณแม่อาจต้องเรียนรู้ที่จะปรับตัวเองอีกเล็กน้อย เพื่อช่วยให้สัมพันธภาพที่อบอุ่น แน่นแฟ้นนี้ เหมาะสมกับความแตกต่างของเด็กแต่ละคน เช่น คุณแม่อาจต้องปรับเรื่องการใช้น้ำเสียงที่หนักแน่นและเป็นจังหวะชัดเจน คุณพ่ออาจปรับจังหวะการเล่นกับน้องกัปตันให้ช้าลงเพื่อให้กัปตันค่อยๆ มีเวลาในการแก้ปัญหาอุปสรรคผ่านการเล่น พ่อแม่เรียนรู้ที่จะไม่ช่วยลูกในทุกเรื่อง เปิดโอกาสให้กัปตันได้ลงมือทำ ช่วยเหลือตัวเองในชีวิตประจำวันเพิ่มมากขึ้น

ถ้าคุณพ่อคุณแม่สามารถปรับเปลี่ยนวิธีการที่พ่อแม่มีปฏิสัมพันธ์กับน้องกัปตันจะส่งผลอย่างมากในการช่วยให้น้องกัปตันมีพัฒนาการที่ดีขึ้น

คนดูแลต้นไม้ เปรียบเหมือนพ่อแม่ที่ดูแลเอาใจใส่
ให้อาหาร ให้ความรัก



ใบ หมายถึง การเรียนรู้ทักษะ วิชาการต่างๆ



ทักษะวิชาการ หรือ เนื้อหาที่เป็นการท่องจำต่างๆ เช่น สี่ จำนวน หรือ การเรียนรู้วิชาการต่างๆ เป็นสิ่งที่สามารถตามเก็บรายละเอียดได้ที่หลัง เมื่อเด็กมีความพร้อมของปัจจัยพื้นฐาน คือ ลำต้นและรากที่แข็งแรง มีผู้ดูแลเลี้ยงดูเอาใจใส่

กิ่ง ใบ เปรียบเหมือนทักษะต่างๆ วิชาการ
กิ่งใบจะงอกงามได้ ถ้ารากและลำต้นสมบูรณ์

หลักการสำคัญของ DIR

1. มองพัฒนาการเด็กอย่างเป็นองค์รวม (D)

เปลี่ยนมุมมองจากการมองพัฒนาการเด็กแบบแยกส่วน ได้แก่ พัฒนาการด้านกล้ามเนื้อใหญ่ ด้านกล้ามเนื้อเล็ก ด้านภาษา ด้านสังคม อารมณ์ การช่วยเหลือตัวเอง เป็นการมองพัฒนาการเด็กอย่างเป็นองค์รวม

- เด็กสามารถ**ลงบตัวเอง และสนใจสิ่งรอบตัว** พร้อมทั้งจะเรียนรู้จากสิ่งรอบตัวได้หรือไม่ ถ้าไม่ได้เด็กแสดงออกอย่างไร มีพฤติกรรมอย่างไร
- เด็กมี**สัมพันธภาพ**ที่ดีกับคนหรือไม่ อย่างไร
- เด็กสามารถแสดงออกอารมณ์ **สื่อสารบอกความต้องการ** ได้หรือไม่อย่างไรเมื่อเด็กเจอปัญหา เด็กแก้ปัญหาด้วยวิธีการใด สามารถสื่อสารได้ต่อเนื่องหรือไม่
- เด็กเข้าใจสัญลักษณ์ ได้แก่ **ภาษา** การเล่นสมมุติเพียงใด สามารถสื่อสาร แสดงออกอารมณ์ ความคิด ผ่านการใช้ภาษา ผ่านสื่อของเล่นสมมุติ จินตนาการได้หรือไม่ อย่างไร
- เด็กสามารถสื่อสาร **เชื่อมโยงเหตุและผล** ได้หรือไม่ อย่างไร

2. มองพฤติกรรมเด็กอย่างเข้าใจความแตกต่างของระบบประสาท (I)

พฤติกรรมที่เด็กแสดงออกมีสาเหตุหลักจากพื้นฐานระบบประสาทของเด็กที่แตกต่างกัน เช่น

- เด็กกินยาก ไม่ชอบกินผัก เชียทิ้งทุกครั้ง (ไวกลืน)
- เด็กนอนยาก ก่อนนอนจะวิ่งไปมา วุ่นวาย ต้องพาไปนั่งรถถึงจะหลับ หรือ ต้องให้แม่อุ้มโยกตัวทุกครั้งจึงจะหลับ (ไม่สามารถสงบลงได้ด้วยตัวเอง ต้องให้แม่ช่วยอุ้ม โยกตัว - ระบบการทรงตัว เอ็นและข้อต่อ)
- ไม่ชอบแปรงฟัน ไม่ชอบเคี้ยวอาหาร มีปัญหาพูดไม่ชัด (ไวสัมผัส + การสั่งการกล้ามเนื้อไม่คล่องแคล่ว)
- บางคนไม่ชอบสระผม ไม่ชอบให้หน้าเปียกน้ำ การสระผม ล้างหน้า ร้องไววายลั่นบ้านทุกครั้ง (ไวสัมผัส)

3. มองสัมพันธ์ภาพระหว่างเด็กกับผู้เลี้ยงดู (R)

เปลี่ยนจากการมองแต่ตัวเด็ก พยายามฝึกตัวเด็ก เป็นการมองสัมพันธ์ภาพ ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเด็กกับผู้เลี้ยงดูว่าเหมาะสม และเอื้อต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการของเด็กหรือไม่

- พ่อแม่มี**เวลาคุณภาพ**ให้ลูกหรือไม่ สม่่าเสมอเพียงใด
- พ่อแม่เรียนรู้ที่จะปรับตัวเองให้เข้าลูกหรือไม่ เช่น ลดการก้ากับการสั่ง เพื่อเปิดโอกาสให้ลูกได้ใช้ความคิด ได้ลงมือทำมากขึ้น หรือพ่อแม่ปรับจังหวะการพูด การเคลื่อนไหวของตัวเองให้ช้าลง เพื่อให้สมองของลูกรับรู้ข้อมูลรอบตัวได้ง่ายขึ้น





Floortime

วันนี้คุณเห็นเรื่องจ๊ะแม๊ะและเสียงหัวเราะของคุณแล้วหรือยัง

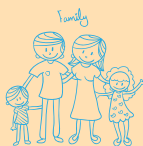


พ่อแม่เล่นกับหนู



D

พ่อแม่เข้าใจหนู



I

พ่อแม่รักหนู



R



DIR



การมองเด็กอย่างเป็นองค์รวม

DIR/ฟลอไรท์

เปลี่ยนมุมมอง ทักษะคิด ในการมองเด็กพิเศษ



อดีต

มองเห็นโรค
(โรคอะไร ปัญหาพฤติกรรมอะไร
บกพร่องตรงไหน)



DIR/Floortime
มองตัวตนของเด็ก

เด็กกำลังรู้สึกอย่างไร
เด็กต้องการอะไร
พัฒนาการอยู่ขั้นไหน



เราจะช่วยอย่างไร ?



มองเฉพาะตัวเด็ก
พยายามฝึกเด็ก

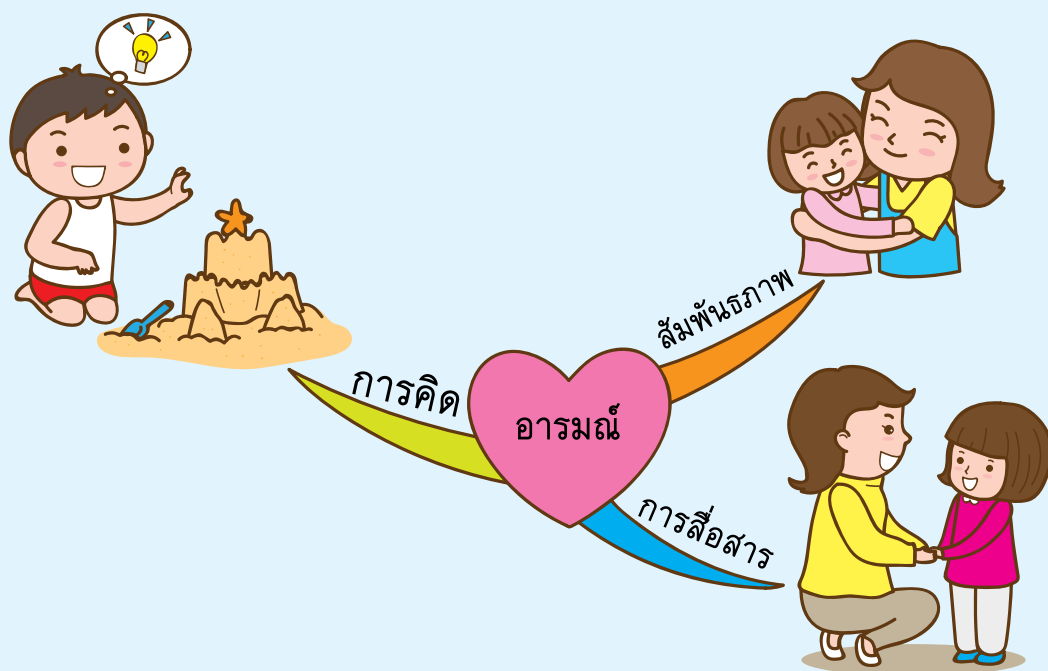


มองสัมพันธ์ภาพ
ระหว่างเด็กกับผู้เลี้ยงดู
เป็นอย่างไร



บทที่ ๒

พัฒนาการองค์รวม



พัฒนาการองค์รวม

พัฒนาการองค์รวม

★ สัมพันธภาพ

- สัมพันธภาพในทุกอารมณ์
- สัมพันธภาพ สิ่งธรรมดาที่ถูกลืม
- ทำไมสัมพันธภาพจึงมักเป็นสิ่งที่ถูกลืมในครอบครัวเด็กพัฒนาการล่าช้า เด็กพิเศษ

★ การสื่อสาร

- ลองฝึกสังเกตการสื่อสารของลูก
- รูปแบบการสื่อสารในเด็ก
- การสื่อสารที่แท้จริงเป็นอย่างไร
- ฟลอร์ไทม์ประเมินภาษาของเด็กโดยดูว่าสามารถเอามาใช้จริงได้หรือไม่
- ตัวอย่างเด็กที่มีภาษา พูดได้ แต่เมื่อถึงเวลาควรต้องพูด ต้องตอบ ไม่สามารถพูดได้

★ การคิด

- ลองฝึกสังเกตการคิดของลูก
- การคิดในมุมมองของฟลอร์ไทม์
- การคิดพื้นฐานที่เด็กควรทำได้
- การคิดขั้นสูงตามแนวทางฟลอร์ไทม์
- ฟลอร์ไทม์เน้น กระบวนการ คิดที่ออกมาจากสมองของเด็กเอง

★ อารมณ์

- หัวใจสำคัญที่ขาดหายไปในงานด้านการกระตุ้นเด็กพัฒนาการล่าช้า เด็กพิเศษ
- เด็กมีอารมณ์อะไรบ้างที่พบบ่อย....ฝึกสังเกตอารมณ์ที่อยู่เบื้องหลังพฤติกรรมของเด็ก
- ความก้าวร้าว...มองปัญหาพฤติกรรมเด็กอย่างเข้าใจพัฒนาการอารมณ์
- ฝึกพลิกความคิด ... มองเห็นโอกาสในการพัฒนาลูกเมื่อลูกแสดงอารมณ์
- อารมณ์ พลังภายในที่ช่วยดึงพัฒนาการที่บกพร่องทั้งหมดให้กลับมาทำงานพร้อมๆกัน

★ รายละเอียดพัฒนาการองค์รวม

- พัฒนาการ ๖ ชั้น ในเด็กปกติ
- พัฒนาการ ๖ ชั้น ในเด็กพัฒนาการล่าช้า เด็กพิเศษ
- ถ้าพัฒนาการองค์รวมบกพร่อง เด็กจะแสดงออกอย่างไร

สัมพันธภาพ

สัมพันธภาพในทุกอารมณ์

- คุณพ่อ**เล่นกับน้องกับตันทุกวัน** กับตันชอบให้คุณพ่ออุ้มเป็นเครื่องบิน กับตันชอบและ**หัวเราะสนุก**ทุกครั้งที่ได้เล่นกับพ่อ
- เวลาคุณแม่ทำอาหาร กับตันก็จะ**นั่งเล่นอยู่ที่พื้นในครัว ใกล้เคียง คุณแม่**
- เมื่อกับตัน**ร้องไห้ โวยวาย** ดิ้นกับพื้น คุณพ่อนั่งลงข้างๆ ค่อยๆ **ปลอบโยน**กับตัน ใช้ทั้งน้ำเสียง และการลูบสัมผัส เพื่อช่วยให้กับตันค่อยๆ สงบลง คุณพ่อยังคงความชัดเจน **ไม่ได้ตามใจ**กับตันในเรื่องที่ไม่เหมาะสม
- คุณแม่ย่อตัวลงนั่งข้างๆ กับตันเพื่อ**ปลอบโยน** เมื่อเห็นกับตันกลัวคนแปลกหน้าที่ไว้วางใจ และส่งเสียงดัง



สัมพันธภาพ คือ ความรัก ความผูกพัน ความรู้สึกอบอุ่น

ปลอดภัย ไว้วางใจ

ล้มพันธภาพ.....สิ่งธรรมดาที่ถูกลืม

คุณแม่เด็กดาร์วิน อายุ ๑๑ ปีคนหนึ่งนำตาไหลเมื่อได้เห็นวิดีโอฟลอไรท์ที่พ่อแม่ลงมาเล่นกับลูก หัวเราะสนุกด้วยกัน **คุณแม่เล่าว่า คุณแม่ไม่รู้เลยว่าต้องลงมาใช้เวลาเล่นกับเขา** หรือคอยสังเกตว่าลูกสนใจอะไร ชอบอะไร พูดคุยกันบ้าง คุณแม่เล่าว่าคุณแม่ใช้ชีวิตทำกิจวัตรประจำวันต่างกับลูกทุกวัน คุณแม่รู้สึกว่าได้พูดคุยกับลูกก็ตอนที่สั่งให้ลูกทำสิ่งต่างๆ เช่น “หยิบน้ำให้แม่ซิ” เด็กก็จะทำตามได้ “ไปช่วยล้างจานให้แม่หน่อย” เด็กก็จะทำ คุณแม่บอกว่าบางทีไม่ได้อยากกินน้ำหรือกินแต่ก็จะบอกให้ลูกทำ เพราะ **ทำให้รู้สึกว่าได้อยู่ด้วยกัน ได้พูดคุยกัน**

คุณแม่อีกท่านหนึ่งลูกอายุ ๒ ปีว่า ลูกมีพัฒนาการล่าช้า คุณแม่เล่าพร้อมน้ำตาว่า ช่วงเวลาฝึกลูกเป็นช่วงเวลาแม่และลูกจะร้องไห้ด้วยกัน ลูกไม่อยากทำ แม่ก็ต้องพยายามให้ลูกทำ จับมือลูก ฝืนลูก ให้ทำ คุณครูบอกแม่ว่า **“คุณแม่ต้องอดทน ทำกิจกรรมอะไรแล้วต้องทำให้เสร็จ ถ้าอยากให้ลูกดีขึ้น คุณแม่ต้องอดทน”**

คุณพ่ออีกท่านหนึ่งมีลูกเป็นเด็กออทิสติก เด็กตัวโตเข้าสู่วัยรุ่นแล้ว คุณพ่อมีความตั้งใจ มีความพยายาม พาลูกไปฝึกตามที่ต่างๆ ให้ลูกเข้าโรงเรียน และพาออกนอกบ้านเพื่อฝึกทักษะทางสังคมให้ลูก เมื่อถามคุณพ่อเพิ่มเติมว่าเวลาอยู่บ้านคุณพ่อใช้เวลาทำอะไรกับลูกบ้างคะ คุณพ่อผู้มีหน้าตา ซิงซัง จริงจัง นิ่งสั๊กพัก แล้วบอกว่า **“ผมก็ชวนเขาเล่นครับ”** แล้วคุณพ่อก็ลงมือทำให้ดูทันที **คุณพ่อบังคับลูกที่กำลังนอนกึ่งอยู่กับพื้น แล้วออกคำสั่งด้วยเสียงที่ดัง ชัดเจน** “sit up 10 ที ทำให้คุณหมอเร็ว” เด็กก็เป็นเหมือนอัตโนมัติ ทำตามที่คุณพ่อสั่งได้ทันที แม่พุงที่ติดค้ำอยู่ทำให้ sit up ได้ค่อนข้างลำบาก แต่เด็กก็ค่อยๆ พยายามและทำได้จนครบ

ภาพที่เห็นเป็นปกติในครอบครัวเด็กพัฒนาการล่าช้า เด็กพิเศษ คือ พ่อแม่พยายามสอน สั่ง กำกับ บอกให้ลูกทำสิ่งต่างๆ เพื่อฝึกฝนลูก ช่วยลูก อยากให้ลูกมีพัฒนาการที่ดีขึ้น ยิ่งครอบครัวที่มีความรักลูกมาก ตั้งใจมาก พยายามมาก ภาพเหล่านี้ก็เห็นชัดขึ้น เป็นความปรารถนาดีของพ่อแม่ ความรักของพ่อแม่ที่มีต่อลูก พยายามฝึกลูก อยากให้ลูกดีขึ้น

ทำไมสัมพันธภาพจึงเป็นสิ่งที่ถูกลืมในครอบครัวเด็ก พัฒนาการล่าช้า เด็กพิเศษ

เรื่องสัมพันธภาพเป็นเรื่องที่สำคัญมากๆ แต่มักพบว่าเป็น**ชิ้นส่วนสำคัญที่ขาดหายไป**ในครอบครัวเด็กพัฒนาการล่าช้า เด็กพิเศษ สัมพันธภาพในที่นี้ หมายถึง **สัมพันธภาพเชิงบวก การเล่นกัน พูดคุยกัน หยอกล้อ หัวเราะกันสบายๆ แบบพ่อแม่ลูก ชีวิตครอบครัวทั่วๆไป**

สาเหตุที่สัมพันธภาพมักจะขาดหายไปในครอบครัวเด็กพัฒนาการล่าช้า เด็กพิเศษ เป็นเพราะ

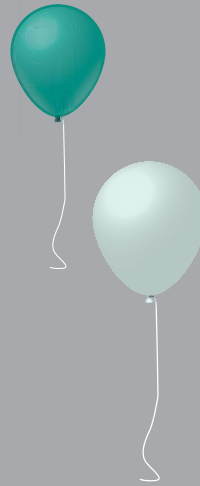
- **ความตั้งใจ และความปรารถนาดีของพ่อแม่** ที่พยายามทุ่มเทเวลา เน้นฝึกทักษะต่างๆให้ลูก อยากให้ลูกดีขึ้น เก่งขึ้น
- เวลาอยู่ด้วยกันมีน้อย พ่อแม่ทำงาน ลูกไปโรงเรียน ตอนเย็นกลับมาบ้านก็ใช้เวลาหมดไปกับภารกิจต่างๆ พอมีเวลาเห็นหน้าลูก อยู่กับลูก ก็จำได้ว่า**คุณครูบอกให้ฝึกอะไร พ่อแม่ก็จะทำตามที่คุณครูบอก**
- **พ่อแม่ไม่รู้ ไม่รู้**ว่าการที่ลูกได้หัวเราะ ได้มีความสุข ชีวิตครอบครัวมีความผ่อนคลาย มีเสียงหัวเราะบ่อยๆ เป็นหัวใจสำคัญ (ที่สุด) ที่จะช่วยให้ลูกมีพัฒนาการที่ดีขึ้น
- **การพูดคุย** เล่าเรื่องต่างๆสู่กันฟังแบบ**ชีวิตครอบครัวทั่วๆไปมีน้อย** เพราะเด็กมักติดขัดเรื่องภาษา ยิ่งเล่าเรื่องไม่ได้ การบอกเล่าอารมณ์ความรู้สึก เรื่องราวต่างๆในชีวิตประจำวันผ่านการพูดคุย ขาดหายไป



My note to doctors & therapists

เป็นหน้าที่สำคัญอย่างมากของแพทย์
นักบำบัด และบุคลากรสาธารณสุขทุกคนที่ต้องเน้น
ย้ำถึงการให้เวลาเชิงบวกภายในครอบครัว เหตุผล
ที่ต้องบอก ต้องเน้นย้ำกับพ่อแม่ เพราะพ่อแม่ไม่รู้
พ่อแม่ไม่รู้ว่าถ้าเราให้เวลาลงมาเล่นกับลูกเยอะๆ
ให้ลูกได้หัวเราะ ได้มีความสุข ลูกจะเก่งเร็วขึ้น
เก่งมากขึ้น การฝึกทักษะต่างๆ ลูกจะยอม
ทำตามมากขึ้น เพราะรักพ่อแม่ อยากให้พ่อแม่ดีใจ

ที่สำคัญ ความรัก ความอบอุ่น การมีความสุข
ในชีวิตครอบครัว เป็นพื้นฐานสำคัญของชีวิต
ไม่ว่าลูกจะพิการ บกพร่องมากแค่ไหน สิ่งที่ลูก
ต้องการ ไม่แตกต่างจากเด็กคนอื่น ลูกต้องการที่
จะรับรู้ ว่า พ่อแม่รัก พ่อแม่มีความสุขเมื่อมีหนูอยู่ด้วย





การสื่อสาร

ลองฝึกสังเกตการสื่อสารของลูก



สีหน้า แหวตา



พฤติกรรมที่แสดงออก

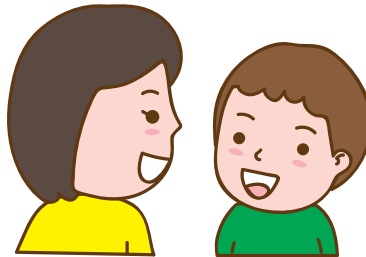
กลัว กลัว !!

เสียใจจัง ...

ฮึ่ม ! ห่าโมโห



ภาษาท่าทาง



ภาษาพูด

รูปแบบการสื่อสารในเด็ก

- สื่อสารด้วย**พฤติกรรม** (action) เช่น ร้องไห้ โวยวาย กระแทกเท้า ขว้างของ ตีคนอื่น ดึงมือ ทูปประตู่
- สื่อสารด้วย**ท่าทาง** (gestures) เช่น ชี้ จู๋ปาก พยักหน้า ส่ายหน้า กวักมือเรียก สีหน้า แหวดตา ที่แสดงออกอารมณ์
- สื่อสารด้วย**ภาษาพูด** (verbal language) เช่น การพูดเป็นคำ วลี ประโยค การเล่าเรื่อง
- สื่อสารความคิดผ่านสื่อ วัสดุ สิ่งของ เช่น **เล่นบทบาทสมมติ**
วาดรูป

ความสำคัญของภาษากาย

ฉันใหญ่ที่สุดในบ้านนี้

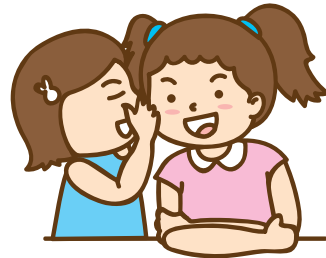
เหนื่อย เหนื่อย



คนเราเชื่อถือกันที่ภาษากาย สีหน้า แววตา
การกระทำ มากกว่าคำพูดที่สวยงาม หรือดูดี



โมโห โกรธ



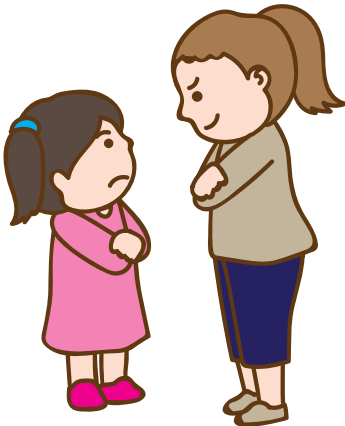
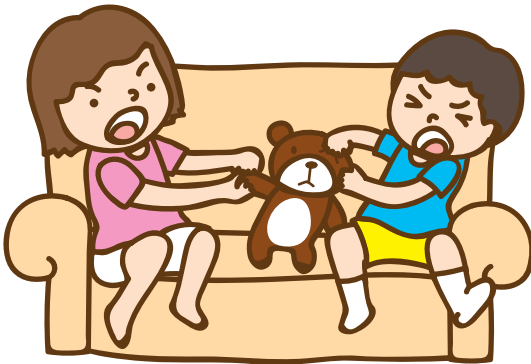
มีความลับมาบอก

การสื่อสารที่แท้จริงเป็นอย่างไร

การสื่อสารที่แท้จริง
(ภาษากาย หรือ ภาษาพูด)



ต้องเอามาใช้
แก้ปัญหาให้ตัวเองได้ !!



ฟลอร์ไทม์ประเมินภาษาของเด็กโดยดูว่าสามารถเอามาใช้จริงได้หรือไม่

การนำภาษาไปใช้ประโยชน์ได้จริงเป็นส่วนที่ฟลอร์ไทม์เน้นโดยให้ความสำคัญกับการใช้ภาษาที่เกี่ยวข้องกับการบอกเล่าความคิด ความต้องการ แบ่งปันอารมณ์ ความรู้สึกของตัวเอง และใช้ภาษาเพื่อแก้ปัญหาให้ตัวเอง ได้แก่

- เด็กใช้ภาษาเพื่อ**บอกความต้องการ**ได้หรือไม่และหลากหลายเพียงใด เช่น เอานม ไปเทียว ไม่เปิด ไม่ไป
- เด็กใช้ภาษาเพื่อ**บอกอารมณ์ ความรู้สึก**ของตัวเองได้หรือไม่ เช่น หนูกลัว ผมไม่ชอบ ผมโกรธ
- เด็กสามารถใช้ภาษาเพื่อ**บอกเล่าความคิด**ของตัวเองได้หรือไม่ เช่น “หนูกลัว กลัวคุณหมอนิดหน่อย” “ผมชอบไดโนเสาร์ตัวนี้ เพราะ มันมีไฟกระพริบที่ตา” เด็กสนใจเครื่องบินที่เสียงดัง ชี้ให้แม่ดูและพูดว่า “บิน บิน”
- เด็กสามารถนำภาษาไปใช้**พูดโต้ตอบโต้ต่อเนื่อง** เช่น พูดตื้อ ด้วยเหตุผลและน้ำเสียงอ่อนหวานต่างๆ เพื่อให้แม่ ยอมซื้อของเล่นให้ พูดคุ้ยได้เถียง ต่อรองกับเพื่อนขณะทะเลาะกัน เล่นสมมติโดยใช้ภาษากับเพื่อนได้เป็นเรื่องเป็นราว



ตัวอย่างเด็กที่มีภาษา พูดได้ แต่เมื่อถึงเวลาควรต้องพูด ต้องตอบ ไม่สามารถพูดได้

- เด็กออทิสติกบางคนพูดลอยๆ มีภาษาพูดได้ยาวๆ พูดตามหนังสือนิทาน ตามการ์ตูนในทีวีได้ แต่เมื่อถามเรื่องง่ายๆ เช่น หนูจะเอาอะไรคะ หนูอยากไปเล่นก่อน หรือ จะกินข้าวก่อน เด็กไม่สามารถตอบได้
- เด็กขี้กลัว กังวลมาก ตื่นเต้นง่าย เมื่อเจอสถานการณ์ที่ทำให้กลัว กังวล รู้สึกไม่ปลอดภัย เด็กก็อาจจะนิ่งเฉย ไม่ตอบคำถาม ไม่ขยับร่างกาย หรือ บางคนก็กลั่นแกล้ง แสดงออกเป็นพฤติกรรมไม่นิ่ง ถามไม่ตอบ
- เด็กบางคนทีพ่อแม่ไม่ค่อยมีเวลาพูดคุย ไม่ได้ชี้ชวนให้เด็กแสดงความคิดเห็นโต้ตอบ เด็กจะ**ไม่มีความคิดเป็นของตัวเอง** เด็กก็จะไม่ค่อยพูด ไม่ค่อยตอบ เพราะ **ไม่รู้จะพูดอะไร ไม่มีเนื้อหาในหัวให้พูด**

การมองการสื่อสารของเด็กในมุมมองของฟลอไรท์ จึงไม่ได้มองแค่ความยาวของภาษาที่เด็กสามารถพูดได้ แต่จะประเมินทั้งในส่วนของภาษากายและการนำภาษาไปใช้ได้จริง

การส่งเสริมพัฒนาการด้านภาษาตามแนวทางฟลอไรท์จึงไม่เน้นแต่ภาษาพูดเพียงอย่างเดียว แต่จะเน้นการส่งเสริมเด็กอย่างเป็นองค์รวม ทั้งด้าน**การคิด ด้านอารมณ์ ด้านความสามารถในการกำกับตัวเองเมื่ออารมณ์ต่าง** เพราะทั้งหมดนี้เป็นปัจจัยสำคัญที่จะทำให้เด็กสามารถ**นำภาษาที่มีอยู่มาใช้ได้จริง**



การคิด

ลองฝึกสังเกตการคิดของลูก !!

อยากได้ของเล่น แต่แม่ไม่ยอมซื้อให้....ลูกแก้ปัญหาด้วยวิธีการใด

☐ ยืนนิ่งเฉยๆ เดินหนีไป ไม่เอาก็ได้

☐ ร้องไห้ เสียใจ

☐ ร้องแงแง โวยวาย นอนดื้อกับพื้น

☐ โกรธ แล้วทำหน้าบูดบึ้งไปตลอดทั้งวัน

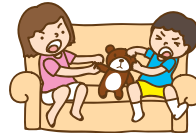
☐ แย่งของเพื่อนที่โรงเรียน

☐ ไปอ้อนพ่อ หรือปู่ย่า ให้ซื้อให้แทน

☐ โต้เถียงกับแม่ จะเอาให้ได้

☐ พูดบอกเหตุผล ชักแม่น้ำทั้งห้า เพื่อให้ซื้อให้

☐ ทำตัวดีๆ พูดเพราะๆ ช่วยแม่ทำงาน แล้วลองออดอ้อนขออีกที



การคิดในมุมมองของฟลอไรท์

ถ้าให้พูดถึงเรื่องการคิด คุณพ่อคุณแม่นึกถึงอะไรคะ และถ้าเราจะฝึกฝนให้ลูกคิด คุณพ่อคุณแม่เคยฝึกลูกอย่างไรบ้าง อยากให้ลองหลับตาแล้ว ลองนึกมาสัก ๓ เหตุการณ์ ที่คุณพ่อคุณแม่ได้เคยชวนลูกฝึกคิด

1.....

2.....

3.....



เวลาชวนให้พ่อแม่ก็นึกย้อนดูเรื่องการชวนลูกคิด คำตอบที่ได้มักจะเป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับการศึกษา เช่น สอนให้ลูกรู้จักสี หัดจับคู่ภาพเหมือน หัดคิดเลข กว้างไปกว่านั้นหน่อย พ่อแม่อาจตอบเรื่องการคิดในเชิงศิลปะ เช่น กิจกรรมความคิดสร้างสรรค์ ให้เด็กคิดว่าจะวาดรูปอะไร ให้เด็กเอาไปไม้มาเรียง ตัดแปะ เป็นรูปต่างๆ หรือ การคิดจินตนาการผ่านการเล่น เช่น เล่นตัวต่อจิกซอว์ เล่นเลโก้ สร้างเป็นสะพาน บ้าน ตึกสูงๆ บางคนก็ตอบว่าชวนลูกคิด ขณะเล่นนิทานให้ลูกฟัง เช่น นีตัวอะไร แล้วว่ามันร้องยังไง แล้วถ้าหนูเป็นวัว หนูจะทำอย่างไร เป็นต้น

ในมุมมองของฟลอไรท์จะเน้นให้ความสำคัญกับการคิดที่เป็นทักษะการ**แก้ปัญหาในชีวิตประจำวันของเด็ก** เช่น อยากได้ขนมที่อยู่บนตู้สูง จะทำอย่างไร อยากเล่นกับเพื่อน จะเข้าไปชวนเพื่อนยังไง หรือทำอย่างไรให้เพื่อนสนใจเราและยอมให้เข้ากลุ่มเล่นด้วย หรือ กำลังโกรธมาก โมโหมาก จะทำอย่างไรให้หายโกรธ สงบตัวเองได้

ต่อมาเมื่อเด็กมี**ทักษะการคิดที่สูงขึ้น มีภาษาพูด**ได้แล้ว ฟลอไรท์จะเน้นการคิดที่ช่วยให้เด็กเชื่อมโยง **รับรู้อารมณ์ ความรู้สึก ความต้องการของตัวเอง ในขณะเดียวกันก็เรียนรู้ที่จะเข้าใจสาเหตุภายนอกด้วย** เช่น **ผมตื่นเต้น กลัวเวลาไปหาคุณหมอ เพราะ** ผมกลัวคุณหมอจะฉีดยา **หนอยากได้ตุ๊กตาหมีตัวใหม่ แต่**คุณแม่บอกว่าที่บ้านมีหลายตัวแล้ว เลยไม่ซื้อให้

- **ผมตื่นเต้น กลัวเวลาไปหาคุณหมอ (รับรู้อารมณ์ ความรู้สึกของตัวเอง เพราะ** ผมกลัวคุณหมอจะฉีดยา (เข้าใจเหตุผลภายนอกที่เป็นสาเหตุของความรู้สึกกลัว)
- **หนอยากได้ตุ๊กตาหมีตัวใหม่ (รู้ว่าตัวเองต้องการอะไร บอกความต้องการของตัวเองได้) แต่**คุณแม่บอกว่าที่บ้านมีหลายตัวแล้ว เลยไม่ซื้อให้ (เข้าใจเหตุผลภายนอก ที่เป็นสาเหตุทำให้ไม่ได้ตามความต้องการของตัวเอง)

พูดง่ายๆ คือ ฟลอไรท์จะเน้นการคิดที่เป็นการ**แก้ปัญหาในชีวิตประจำวัน** การคิดที่เป็นทักษะทางสังคม อารมณ์ โดยมีเป้าหมายสำคัญ คือ ให้เด็กใช้ชีวิตอยู่ในสังคมร่วมกับคนอื่นได้ **พึ่งตนเองได้**



การคิดพื้นฐานที่เด็กควรทำได้

คิดแก้ปัญหา อายุช่วง ๑ ปีขึ้นไป

ปัญหาในชีวิตประจำวัน เช่น อยากจะเอานมในตู้เย็นแต่หยิบเองไม่ถึง จะทำอย่างไรดิอยากออกไปนอกห้องจะทำอย่างไร ปัญหา
กับคน เช่น เพื่อนเอาดินสอไป จะเอาคืนได้อย่างไร แม่โกรธที่ไม่เก็บ
ของเล่น จะทำอย่างไรให้แม่หายโกรธ

คิดเป็นเหตุเป็นผล อายุช่วง ๓ ปี เด็กสามารถตอบคำถาม ทำไม
ได้ เข้าใจเหตุผลภายนอก เช่น ทำไมต้องเปิดพัดลม เพราะผมร้อน
หนูชอบไอติม เพราะมันอร่อย





การคิดขั้นสูง....สำหรับเด็กที่มีภาษา และเข้าใจเหตุผลแล้ว

คือ การคิดแบบ เข้าใจอารมณ์ ความรู้สึก ความต้องการของตัวเอง + เข้าใจเหตุผล ที่มาที่ไปภายนอก

คิดหลายเหตุผล (multicausal thinking) อายุ ๕ ปีขึ้นไป เช่น หนูชอบแป้ง เพราะ แป้งเนียนเก้ง และ แป้งก็ช่วยหนูทำการบ้าน

คิดซับซ้อน (triangular/indirect thinking) อายุ ๕ ปีขึ้นไป เช่น ตั๊กแตนอยากเล่นกับบอย (ตั๊กแตนรู้ว่าบอยชอบหุ่นยนต์) ตั๊กแตนเลยเอาหุ่นยนต์ไปเล่นที่โรงเรียน เพื่อให้บอยสนใจและเข้ามาเล่นด้วย

คิดเปรียบเทียบ (comparative thinking) วัยประถม เช่น ผมชอบเล่นรถไฟ มากกว่าเล่นรถ เพราะ รถไฟมีราง เอามาต่อเป็นสะพานก็ได้ ลอดเข้าถ้ำก็ได้

คิดแบบกลางๆ แยกแยะรายละเอียด ไม่ขาว ไม่ดำ (grey area thinking) วัยประถม เช่น ผมชอบปูนมาก เพราะเขาเป็นคนตลก และใจดี แต่ก็มีบางเรื่องที่ผมไม่ชอบ คือ ปูนชอบเล่นแรง ทำให้ผมต้องเจ็บตัวบ่อยๆ

คิดใคร่ครวญ ทบทวนตัวเอง (reflective thinking) ช่วงเข้าวัยรุ่น เช่น แดงแปลกใจ สอบครั้งนี้ได้คะแนนไม่ค่อยดี แดงค่อยๆ คิดทบทวน และได้คำตอบว่าน่าจะเป็นเพราะเพิ่งหายจากไม่สบาย ทำให้อ่านหนังสือได้น้อย คราวนี้ข้อสอบก็ยากด้วย



ช่วยให้เด็กเข้าใจตัวเอง + เข้าใจเหตุผลภายนอก

แนวทางการชวนลูกพูดคุย
เพื่อพัฒนาการคิดขั้นสูงให้ลูก !!

- ใคร อะไร ที่ไหน เมื่อไหร่ อย่างไร
- ถามคำถามปลายเปิด สอบถามความเห็น ชวนคิดหลากหลาย
เหตุผล
- ชวนลูกเปรียบเทียบ ความแตกต่าง มาก/น้อย ใกล้เคียง/ไกล ใหญ่/เล็ก
- สอบถามอารมณ์ ความรู้สึก และชวนคิดถึงสาเหตุ เปรียบเทียบวัน
นี้/เมื่อวานนี้
- ยอมรับการต่อรอง ได้เถียง ให้เหตุผล
- ชวนลูกคิดทบทวน ใคร่ครวญตัวเอง รู้สึกอย่างไร เพราะอะไร แล้ว
อยากให้เป็นอย่างไร

พลอร์ไทม์เน้น กระบวนการ คิดที่ออกมาจากสมองของเด็กเอง

น้องทิพย์ เด็กผู้หญิงตัวเล็กๆ อายุ ๑๕ เดือน ขณะกำลังเล่นของเล่นอยู่กับคุณแม่ น้องทิพย์เลื้อยไปเห็นขวดฟองลูกโป่งที่วางอยู่บนโต๊ะ น้องทิพย์นั่งมอง คุณแม่ (อย่างเป็นอัตโนมัติ) รีบเอื้อมไปหยิบมาให้ แล้วชวนน้องทิพย์เป่าลูกฟองโป่งเล่นกัน **นี่เป็นภาพเหตุการณ์ธรรมชาติที่เราพบได้ทุกวันในชีวิตประจำวันที่คุณแม่ดูแลลูกด้วยความรัก ความห่วงใย**

ในห้องตรวจภาพที่ได้เห็น**กระบวนการคิดในเด็กเล็ก** เป็นภาพที่น่าสนใจมาก น้องทิพย์หยุดนั่งมองขวดฟองลูกโป่งที่วางอยู่บนโต๊ะ ทุกคนในห้องนั่งและเฝ้ามอง กระบวนการที่กำลังค่อยๆเกิดขึ้น น้องทิพย์หันมามองคุณแม่ สีหน้าแปลกใจที่ครั้งนี้คุณแม่ไม่ได้รับเข้ามาช่วย คุณแม่ส่งยิ้มให้ น้องทิพย์หันกลับมามองขวดฟองลูกโป่ง นั่งมองอีกสักพัก แล้วค่อยๆเอื้อมมือไปหยิบขวด บังเอิญขวดอยู่ไกล น้องทิพย์หยิบไม่ถึง น้องทิพย์เขย่งขาเพิ่มขึ้น พยายามเอื้อมอีก ... ยังไม่ได้ น้องทิพย์นั่ง สีหน้าเริ่มเบะ หันมาหาแม่ ขณะกำลังจะร้องไห้ คุณแม่เข้ามาปลอบ กอดและหยิบให้ คุณแม่ชวนน้องทิพย์เป่าฟองลูกโป่งอย่างสนุกสนานด้วยกัน

พลอร์ไทม์เน้นเรื่องของกระบวนการ กระบวนการในที่นี้ หมายถึง **การที่ผู้ใหญ่รอคอย** ผู้ใหญ่เปิดโอกาส ผู้ใหญ่เฝ้าสังเกต สิ่งที่จะเกิดขึ้นเมื่อผู้ใหญ่เน้นกระบวนการ คือ **สมองของเด็กจะได้รับโอกาสในการฝึกฝนใช้ความคิด ฝึกแก้ปัญหาเฉพาะหน้า ฝึกลองผิดลองถูก**



เมื่อสมองของเด็กได้รับการฝึกฝน บ่อยๆ ทุกวันๆ
เด็กก็จะเป็นเด็กที่เก่งขึ้น ฉลาดขึ้น

อารมณ์

หัวใจสำคัญที่ขาดหายไปในงานด้านการกระตุ้นเด็ก พัฒนาการล่าช้า เด็กพิเศษ

มองย้อนกลับไป รู้สึกแปลกใจมากที่พัฒนาการด้านอารมณ์เป็นสิ่งที่ขาดหายไปอย่างสิ้นเชิงในงานด้านการกระตุ้นเด็ก พัฒนาการล่าช้า เด็กพิเศษ เหตุผลที่ขาดหายไปน่าจะเป็นเพราะ อารมณ์เป็นสิ่งที่มองไม่เห็น จับต้องไม่ได้ สิ่งที่มีมองเห็นมักจะเป็นพฤติกรรมภายนอกที่เด็กแสดงออก เช่น

- เด็ก**โกรธ**ที่เพื่อนวิ่งมาชน หันกลับไปเตะคืน
- เด็ก**กลัว**ตุ๊กตาไดโนเสาร์ที่วางอยู่ในห้อง เด็กขว้างของเล่นใส่หมอน และขว้างของอื่นๆลงพื้น
- เด็ก**ตื่นเต้น**เมื่อไปสถานที่ใหม่ๆ โลงๆ กว้าง เด็กแสดงพฤติกรรม ไม่นิ่ง วิ่งเตลิดไปมา
- เด็ก**หงุดหงิด ไม่สบายตัว** เพราะอากาศร้อน และกำลังหิว เด็กแสดงพฤติกรรม**งอแง** และ**ไม่ทำตาม**กิจกรรมตามที่ครูสั่ง

แนวทางการส่งเสริมพัฒนาการที่ผ่านมามักเป็นในแนวจัดการกับปัญหาพฤติกรรมที่มองเห็น เช่น จับหยุดเมื่อเด็กแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม หรือ ให้อาหารเมื่อเด็กทำได้ดี โดยไม่ได้มอง**เบื้องหลังของพฤติกรรม**ที่อาจมีสาเหตุจากอารมณ์โกรธ กลัว ตื่นเต้น หรือ หงุดหงิดไม่พอใจ

ผู้เริ่มต้นศึกษาแนวทางฟลอร์ไทม์อาจรู้สึกงง งงไม่ค่อยเข้าใจ รู้สึกมองไม่ออก เพราะโดยมากเรามักจะติดอยู่กับมุมมองเดิมๆ คือ มองเห็นแต่พฤติกรรมที่เด็กแสดงออก โดยไม่ได้มองเบื้องหลัง หรือ สาเหตุของพฤติกรรมนั้นๆ ผู้เริ่มต้นเรียนรู้ฟลอร์ไทม์ใหม่ๆ อาจต้องใช้เวลาฝึกฝนสักพัก ลองพยายามฝึกที่จะมองเบื้องหลังของพฤติกรรมต่างๆ ฝึกสังเกตเดาบ้างก็ได้ค่ะ เอ๊ะ เด็กน่าจะกำลังรู้สึกอะไร กลัวหรือเปล่า หรือกำลังกังวล หรือโกรธ

ฝึกถามตัวเองบ่อยๆ

“ทำไมเด็กถึงแสดงพฤติกรรมแบบนี้ เด็กกำลังรู้สึกอะไร”

เด็กมีอารมณ์อะไรบ้างที่พบบ่อย ... ฝึกสังเกตอารมณ์ที่อยู่เบื้องหลังพฤติกรรมของเด็ก

- **ความรัก ความอบอุ่น การดูแล** ลูกเข้ามาอกอดแม่ รักแม่ ลูกเอาตุ๊กตาหมีมาอุ้ม อาบน้ำให้น้อง ห่มผ้าให้ตุ๊กตา
- **ความพอใจ ชอบ สนุก ตื่นเต้น** ยิ้ม หรือกระโดดโลดเต้นไปมา บางคนเวลาสนุกมากๆ อาจมีอารมณ์ล้น ไม่ค่อยนิ่ง เล่นแรง วิ่งไปมา
- **เสียใจ อิจฉา** เด็กอาจนั่งนิ่งๆ เงียบๆ เดินไปตืน้อง กัดน้อง หรืออาจเปียงเบนกลับไปหมกหมุ่นอยู่กับสิ่งของเล็กๆ
- **ความอยากรู้อยากเห็น** เด็กทดลองเล่นของเล่น ลองพลิกไปมา สนใจจ่อจ่อ ลองผิทดลองถูก เล่นสมมุติหาสมบัติ เอาของไปซ่อนแล้วช่วยกันหา
- **ความอยากเอาชนะ อยากเป็นที่หนึ่ง ความมุ่งมั่น** จดจ่อ พยายามทำ กิจกรรมงานต่างๆจนเสร็จ ชอบการแข่งขัน ยิ่งแข่งขันยิ่งมีแรงจูงใจ อยากทำให้ได้ ทำให้สำเร็จ กำกับ ควบคุม สังคนอื่นเพื่อให้ทำงานสำเร็จ
- **ความโมโห โกรธ ก้าวร้าว** พฤติกรรมทำร้ายร่างกายผู้อื่น ทำลายข้าวของ แสดงสีหน้า แหวดตา โกรธ โมโห
- **ความกลัว ความกังวล** พุดซ้าๆ ถามซ้าๆ เกะหลังแม่ ไม่กล้าริเริ่มทำอะไรด้วยตัวเอง งอแง บางคนอาจแสดงออกแบบก้าวร้าว เพื่อปกป้องตัวเอง
- **ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น** เข้าไปยืนมอง อยากช่วยเวลาเพื่อนหกล้ม แบ่งปันสิ่งของ เล่นสมมุติช่วยเหลือสัตว์ทุกตัว
- **การบังคับ ควบคุม** ดื้อ ต่อด้าน ไม่เชื่อฟัง เกียจ เล่นสมมุติออกคำสั่ง เล่นบทบาทที่กำกับควบคุม เช่น เล่นเป็นพ่อแม่ ครู สังเด็กๆ



ความก้าวร้าว...มองปัญหาพฤติกรรมเด็กอย่างเข้าใจพัฒนาการ อารมณ์

ถ้าเราฝึกสังเกตดีๆ เราจะเริ่มสังเกตเห็นการแสดงออกอารมณ์ของเด็กแต่ละคนที่แตกต่างกัน ตัวอย่างเช่น อารมณ์โกรธ เด็กแต่ละคนจะแสดงออกแตกต่างกันขึ้นกับระดับพัฒนาการ ความสามารถของเด็ก

เด็กเล็ก (หรือเด็กโตที่มีพัฒนาการถดถอยเมื่อมีอารมณ์) - แสดงออกด้วย พฤติกรรม/ท่าทาง

หลีกเลี่ยง - เดินหนีไปทำอย่างอื่น หลบไปร้องไห้คนเดียว กลับไปโลกส่วนตัว เข้าหาวัตถุ

สู้ - ลงไม้ลงมือกับคนอื่น ตี หยิก กัด ต่อย เตะ แย่ง ขว้างของ ทูบโต๊ะ

ภาษากาย/ท่าทาง - สีหน้า แหวตา น้ำเสียง กระตืบเท้า ชี้นิ้ว ร้องโวยวาย นอนดิ้นกับพื้น

เด็กที่มีภาษา พูดโต้ตอบได้ - แสดงออกด้วย ภาษา ความคิดจินตนาการ

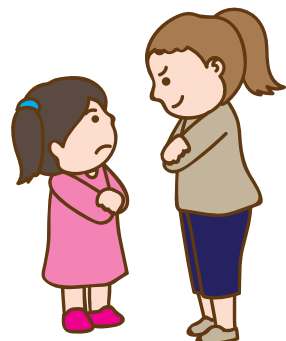
เล่นสมมุติระบายอารมณ์โกรธ เช่น ชอบเล่นบทบาทแรงๆ ต่อสู้ บุก ทำร้าย ยิงกัน

ใช้ภาษาที่สื่อถึงความรู้สึกโกรธ โมโห เช่น จะเอาพ่อไปทิ้งถึงขยะเลย เอาแม่ไปโยนไว้นอกบ้าน เอา ระเบิดไปใส่บ้านเพื่อนเลย

สื่อสารบอกความรู้สึกตรงๆ เช่น ผมโกรธ ผมไม่ชอบ

เด็กที่เข้าใจเหตุและผล กำกับตัวเองได้

**รับรู้อารมณ์โกรธ เข้าใจเหตุผลภายนอก กำกับตัวเองได้ และ คิด หาวิธีแก้
ปัญหา** เช่น ผมโกรธที่เพื่อนมาล้อเลียน ผมไม่ชอบให้ทำแบบนี้ ผมจะไปบอกคุณครู



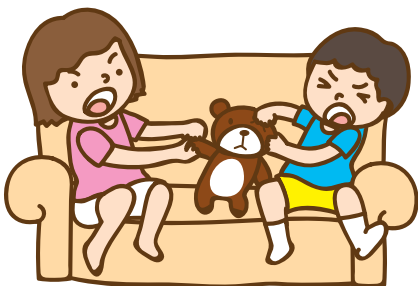
ฝึกพลิกความคิด ... มองเห็นโอกาสในการพัฒนาลูกเมื่อลูกมีอารมณ์

พลอร์ไทม์จะมองอารมณ์ เป็นโอกาสในการช่วยให้เด็กพัฒนาและเรียนรู้

ตัวอย่างเช่น เด็กคนหนึ่งชอบเล่นแรงๆ ถ้าเวลาโมโหก็มักจะเผลอลงไม้ลงมือ ตี กัด เพื่อนในห้อง

พลอร์ไทม์จะใช้วิธี **กำกับเด็กเฉพาะเมื่อเด็กได้ล่วงล้ำสิทธิของผู้อื่น** ได้แก่ **ทำร้ายร่างกาย** (ทำคนอื่น หรือ ทำร้ายตัวเอง) **ทำลายข้าวของ** หรือ **ทำร้ายจิตใจ** (เช่น เด็กโตที่อาจพูดเยาะเย้ย พูดหยาบคาย)

ถ้าเด็กยังไม่ได้ล่วงล้ำสิทธิของผู้อื่น พลอร์ไทม์จะเน้นให้พ่อแม่ **มองเห็นโอกาสในการพัฒนาลูกจากอารมณ์ที่ลูกแสดงออก** พ่อแม่ยังคงแสดงออกด้วยการปลอบโยน เห็นอกเห็นใจ ค่อยๆ ชวนนำพา ให้ลูกรู้จักอารมณ์ของตัวเอง รู้จักพฤติกรรมที่ลูกแสดงออกเมื่อมีอารมณ์ ช่วยให้ลูกรู้เรียนรู้ที่จะทำให้อารมณ์ของตัวเองผ่อนคลาย เบาลง เมื่อลูกผ่อนคลายลงแล้ว พ่อแม่ก็ชวนลูกพูดคุย สื่อสารให้ต่อเนื่องเพื่อช่วยกันคิดแก้ปัญหา ทั้งหมดนี้อาจไม่เห็นผลในระยะสั้นหรือทันทีทันใด แต่มีเป้าหมายในระยะยาว เพื่อช่วยให้เด็กเข้าใจตัวเอง กำกับตัวเองได้ เป็นแนวทางการส่งเสริมพัฒนาการเด็กที่จะช่วยแก้ปัญหาพฤติกรรมอย่างยั่งยืน



อารมณ์ พลัฏภายในที่ช่วยดึงดูดพัฒนาการที่บกพร่องทั้งหมดให้กลับมาทำงาน พร้อมๆกัน

น้องฝ้าย เด็กผู้หญิงอายุ ๓ ปี มีปัญหา**พัฒนาการภาษาล่าช้า** และ**การเคลื่อนไหวกล้ามเนื้อไม่ค่อยคล่องแคล่ว** หกล้มง่าย ทักษะการเล่นของเล่นยังไม่สมวัย ชอบเล่นของเล่นง่ายๆ สำนวนสิ่งของ เอาของใส่กล่องเข้าออก เอาตุ๊กตามาวางเรียง หรือ เล่นรถไถไปมา

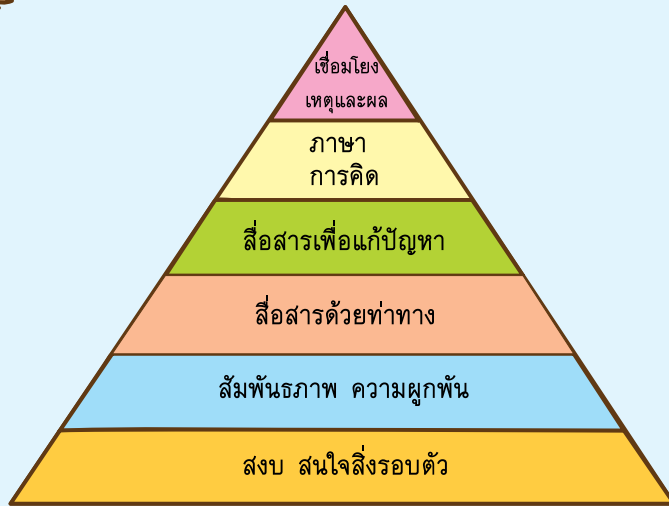
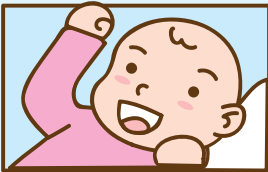
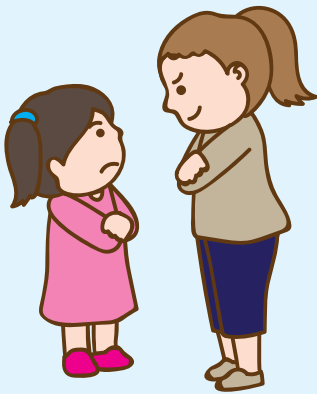
ในห้องตรวจวันนี้ภาพที่ได้เห็น คือ เสียงหัวเราะ และรอยยิ้ม สายตาที่มองคุณพ่อ คุณแม่ น้องฝ้าย วิ่งไปผลักลูกบอลลูกใหญ่ให้กลิ้งไปหาคุณพ่อ คุณพ่อรับลูกบอลแล้วกระด้างตัวล้ม ฝ้ายหัวเราะสนุก จดจ่อรอ เมื่อคุณพ่อนับ ๑_๒ และหยุดรอ ฝ้ายนับ ๓ ด้วยเสียงดัง พร้อมกระโดดตบเต้นดีใจที่ลูกบอลกำลังวิ่งเข้ามาชน เมื่อลูกบอลเข้ามาชน ฝ้าย**หัวเราะสนุกอีก ลักพักฝ้ายเริ่มคิดพลิกแพลงการเล่น** เปลี่ยนจากการกลิ้งลูกบอลใหญ่เป็นเอาลูกบอลเล็กๆมาวางเรียงแล้วค่อยๆเตะไปหาพ่อ ฝ้าย**ส่งเสียงดัง สนุกโต้ตอบกับพ่อ** “ไปแล้ว.... เอาอีก....ไม่...ไม่โดน....เย้....” คุณแม่นั่งยิ้ม มองลูก และตบมือเชียร์อย่างตื่นเต้นและดีใจ

อารมณ์...พลังผลักดันสำคัญในการพัฒนาเด็ก

เด็กพัฒนาการล่าช้า เด็กพิเศษ มีความแตกต่างที่สำคัญ คือ พื้นฐานระบบประสาทยังทำงานได้ไม่คล่องแคล่ว ไม่รวดเร็ว ไม่ว่องไว เมื่อเด็กได้เล่นในสิ่งที่เด็กสนใจ ชอบสนุก **เด็กจะมีแรงจูงใจ มีความต้องการ มีความอยากทำ สมองทุกส่วนของเด็กจะเปิดออกพร้อมๆกัน เราจะเห็นความสามารถของเด็กที่เพิ่มมากขึ้นในขณะนั้น ช่วงเวลานั้น**

เมื่อเด็กได้รับการ**ฝึกฝนแบบนี้บ่อยๆ ทุกวัน ทุกวัน** เราก็จะค่อยๆ เห็นการเปลี่ยนแปลง เด็กจะค่อยๆดีขึ้น ดีขึ้น เป็นพลังชีวิต พลังผลักดันภายใน ที่ค่อยๆออกมาจากข้างในตัวเด็กเอง

รายละเอียด
พัฒนาการองค์รวม



รายละเอียด
พัฒนาการองค์รวมในเด็กปกติ



รายละเอียดพัฒนาการองค์รวมในเด็กปกติ

พัฒนาการขั้น ๑ - **สงบ & สนใจจดจ่อ** (อายุพัฒนาการ แรกเกิด- 3 เดือน) ทารกค่อยๆปรับตัวให้เข้ากับโลกนอกรกครรภ์ของมารดา และค่อยๆสนใจสิ่งเร้าภายนอก เช่น เสียง ภาพ สัมผัส โดยสามารถจดจ่ออย่างสงบได้นานพอสมควร

พัฒนาการขั้น ๒ - **สัมผัสสภาพ ความผูกพัน** (อายุพัฒนาการ 2-5 เดือน) ทารกเริ่มเรียนรู้โลกภายนอก เริ่มสัมผัสได้ถึงความรัก ความผูกพัน ของพ่อแม่ แสดงความรู้สึกดีใจเมื่อเห็นคนคุ้นเคย (ยิ้ม ส่งเสียงอ้อแอ้ ยกแขนขา)

พัฒนาการขั้น ๓ - **สื่อสารด้วยภาษาท่าทาง** (อายุพัฒนาการ 4-9 เดือน) ทารกเริ่มตอบสนองต่อภาษาท่าทางของผู้ใกล้ชิด เช่น ยิ้มตอบ โผเข้าหา อ้อแอ้ตอบ ต่อมาเรียนรู้ที่จะสื่อสารกับคน เช่น ส่งเสียงอ้อแอ้เรียกแม่ กางแขนขอให้อุ้ม รู้จักเล่นสนุกกับคน

พัฒนาการขั้น ๔ - **สื่อสารได้ต่อเนื่องเพื่อแก้ปัญหา** (อายุพัฒนาการ 9-18 เดือน) เด็กสื่อสารด้วยภาษาท่าทางที่ซับซ้อนมากขึ้นเพื่อบอกความต้องการและแก้ปัญหา (เช่น เดินไปงุมมือพ่อ พาไปที่ตุ๊กเต๋น ทูบประตู่ ชี้ไปที่นม) เริ่มเรียนรู้ที่จะเข้าใจภาษาท่าทางของคนอื่น เช่น แม่ทำท่าโกรธ เริ่มเลียนแบบผู้ใหญ่

พัฒนาการขั้น ๕ - **ภาษา การคิด** หรือ สื่อสารด้วยสัญลักษณ์ (อายุพัฒนาการ 18-30 เดือน) เด็กเริ่มสื่อสารด้วยการพูด เริ่มเข้าใจมุมมองของคนอื่น สามารถเล่นสมมติได้ แสดงความคิดผ่านการเล่น และภาษาท่าทางได้มากขึ้น มีการแสดงทางความคิดออกมาเป็นการกระทำมากขึ้น

พัฒนาการขั้น ๖ - **เชื่อมโยงเหตุและผล** (อายุพัฒนาการ 30-48 เดือน) เด็กจะสามารถพูดเชื่อมโยงความคิด 2 เรื่องเข้าด้วยกัน เช่น “ยังไม่นอนจะดูทีวี” ตอบปัญหาอะไร ที่ไหน ทำไม่ได้ เล่าเรื่องได้ เริ่มมีเหตุผลอธิบายการกระทำ ความรู้สึก เช่น “พ่อกลับมาแล้ว ดีใจจัง” มีการแสดงออกทางอารมณ์ที่หลากหลายผ่านการเล่น คำพูด หรือจินตนาการ เริ่มเรียนรู้เรื่องนามธรรมได้

พัฒนาการองค์รวมในเด็กพัฒนาการล่าช้า เด็กพิเศษ

เด็กที่มีพัฒนาการล่าช้า เด็กพิเศษ เราจะพบว่าพัฒนาการองค์รวมไม่เป็นไปตามอายุจริงเหมือนเด็กปกติ นอกจากนั้นยังมักพบว่าเด็กมีพัฒนาการ **กระพร่องกระเปร่ง พื้นฐานไม่แน่น** เช่น เด็กบางคนมีพัฒนาการถึงขั้น ๕ คือ มีภาษาพูดคุย ได้แล้ว แต่พัฒนาการขั้น ๑ ยังไม่ค่อยแน่น ทำให้เด็กไม่ค่อยจดจ่อ ส่งผลให้การสื่อสารด้วยภาษาของพัฒนาการขั้น ๕ ไม่ต่อเนื่อง เพราะ เด็กไม่สามารถ สงบตัวเอง ไม่สามารถจดจ่อในการสื่อสารได้

การเรียนรู้ที่จะ **สังเกตพัฒนาการองค์รวม** ของลูก อาจเป็นเรื่องใหม่และไม่ง่ายมากนัก คุณพ่อคุณแม่อาจต้องใช้เวลาที่จะทำความเข้าใจอยู่บ้าง หรือ อาจต้องมีนักบำบัดช่วยชี้แนะให้ในตอนเริ่มต้นเรียนรู้ ในเด็กพัฒนาการล่าช้าไม่มาก พัฒนาการองค์รวมอาจสังเกตได้ไม่ยาก แต่ในเด็กพิเศษ **ยิ่งลูกเราพิเศษมากเท่าไร การพยายามทำความเข้าใจพัฒนาการองค์รวมของลูกให้ละเอียดขึ้น จะเป็นกุญแจสำคัญที่ทำให้เราช่วยลูกได้มากขึ้นค่ะ**

เอาเป็นว่า ถ้าเริ่มต้นใหม่ๆ ขอให้คุณพ่อคุณแม่พยายามเน้นเล่นสนุกกับลูกมากๆ ไปก่อน มีเวลาก็นั่งค่อยๆ มาเรียนรู้ไปที่ละนิด ทีละหน่อยค่ะ **การเรียนรู้ที่ดีที่สุดต้องร่วมกับการลงมือทำมากๆ ค่ะ แล้วจะค่อยๆ เข้าใจมากขึ้นค่ะ**

พัฒนาการขั้น ๑

สงบ สนใจสิ่งรอบตัว

พัฒนาการขั้นที่ ๑ คือ **ความสามารถในการเล่นคนเดียว จดจ่อ และสนใจสิ่งรอบตัว ได้ในหลากหลายสถานการณ์ หลากหลายอารมณ์**

ตัวอย่างเช่น

- แม่พาลูกนั่งรถเข็นออกไปนอกบ้าน ลูกสงบ ผ่อนคลาย สนใจ มองสิ่งรอบตัว
- ลูกเล่นสนุกกับพ่อแม่ สามารถสงบตัวเอง จดจ่อในการเล่นได้นาน
- เมื่อพาลูกไปห้างที่มีคนแสบ สีจ๋า ลูกตื่นเต้น วิ่งเตลิดไป แม่เข้าไปปโลบโยนลูก กอดใช้น้ำเสียงที่อ่อนโยน ช่วยให้ลูกสงบลง ลูกสามารถจดจ่อในการทำกิจกรรมต่อได้

พัฒนาการขั้น ๑ เป็นพื้นฐานที่สำคัญ เด็กที่มีพัฒนาการขั้น ๑ บกพร่องเด็กจะไม่สามารถจดจ่อในการสร้างสัมพันธภาพ ไม่จดจ่อในการสื่อสาร ไม่จดจ่อในการคิด พัฒนาการขั้นอื่นๆจะบกพร่องตามไปด้วย

ปัจจัยที่ทำให้พัฒนาการขั้น ๑ บกพร่อง ได้แก่ ๑) **ด้านร่างกาย** เช่น เด็กหิว เด็กง่วงนอน เด็กอาจแสดงออกโดยไม่ว่าง วุ่นวาย หรือ งอแง ๒) **ด้านอารมณ์** เช่น เด็กกลัว กังวล ตื่นเต้น เด็กอาจแสดงออกโดยเดินไปมา ถามคำถามซ้ำๆ หรือส่งเสียงดัง ๓) **ด้านความแตกต่างของเด็ก** เช่น เด็กที่มีปัญหาการสั่งการกล้ำเนื้อบกพร่อง เด็กอาจจะทำงานได้เพียงขั้นตอนเดียวสั้นๆ การทำงานหลายขั้นตอนเป็นเรื่องยาก ทำให้ไม่สามารถจดจ่อได้นาน

เด็กที่มีพัฒนาการขั้น ๑ บกพร่อง เราจะเห็นเด็กมีลักษณะไม่ว่าง ไม่จดจ่อ ทำกิจกรรมได้ไม่นาน

พ่อแม่สามารถช่วยลูกให้สงบ จดจ่อ หรือ มีสมาธิมากขึ้น โดยเริ่มจากสิ่งเล็กๆ ง่ายๆ ตัว ได้แก่ **การเข้าไปร่วมสนใจในกิจกรรมที่ลูกทำ ร่วมเล่นสนุกกับลูก** โดยมีเป้าหมายเพื่อฝึกสมองของลูกให้เคยชินกับการจดจ่อ มีสมาธิ การฝึกฝนจำเป็นต้องเริ่มจากสัมพันธภาพที่ดี ลูกมีอารมณ์ร่วมอยากทำ ที่สำคัญ**งานที่ให้ลูกทำต้องไม่ยากเกินไป**



พัฒนาการขั้น ๒

สัมพันธภาพ ความผูกพัน

พัฒนาการขั้นที่ ๒ คือ **ความสามารถในการสร้างสัมพันธภาพ ผูกพันกับคน ในหลากหลายอารมณ์**

ตัวอย่างเช่น เวลาเด็กกลัว กังวล ตื่นเต้น เราจะเห็นเด็กพยายามช่วยให้ตัวเองสงบลง รู้สึกปลอดภัย ด้วยการวิ่งเข้าหาแม่ หลบหลังแม่หรือเข้าหาผู้ใหญ่ที่ใกล้ชิด หรือในอารมณ์อื่นๆ เช่น โกรธ ไม่พอใจ หงุดหงิด เราก็จะเห็นเด็ก**ยังสามารถคงสัมพันธภาพอยู่กับคนได้** เช่น เลี่ยง ทะเลาะ หรือ อาจแย่งของกัน เด็กไม่วิ่งเตลิดหนีไป หรือหลบหนีกลับไปหมกหมุ่นอยู่กับวัตถุ

พัฒนาการขั้นสอง พบבקพร่องมากในกลุ่มเด็กออทิสติก เราจึงเห็นพฤติกรรมของเด็กออทิสติกที่มีก้อยู่ในโลกส่วนตัว ไม่ค่อยสนใจคน หรือ อยู่กับคนได้ในบางสถานการณ์ (เช่น เฉพาะตอนอยากได้ขนม ก็จะเข้ามาหา) หรือบางอารมณ์ (เช่น เฉพาะตอนเล่นสนุก)

เด็กพัฒนาการล่าช้า ที่ไวกความรู้สึก กลัวง่าย กังวล อารมณ์ล้นง่าย เราก็อาจพบว่าสัมพันธภาพกับคนไม่แน่นแฟ้น ไม่สามารถสร้างสัมพันธภาพกับคนได้ในทุกอารมณ์ เช่น ทุกครั้งที่รู้สึก กลัวมาก กังวลมาก โกรธมาก หรือ ตื่นเต้นมาก (อารมณ์ล้น) เด็กอาจแสดงออกเป็นพฤติกรรม เช่น เดินหนี กระโดดไปมา ตีตัวเอง หรือ อาจแสดงออกโดย ปิดตัวเอง เช่น จ้องมองออกไปนอกหน้าต่างนิ่งๆ ไม่รับรู้สิ่งรอบตัว หรือบางคนพยายามสงบตัวเองด้วยการกลับไปอยู่กับวัตถุสิ่งของ นั่งมองสิ่งของหม่นๆ

การช่วยเหลือเด็กที่มีพัฒนาการขั้นสองบกพร่อง จึง**เน้นสัมพันธภาพในทุกอารมณ์** **ปรับเปลี่ยนมุมมองจากการมองพฤติกรรมเด็ก เป็นการมองอารมณ์ที่อยู่เบื้องหลังพฤติกรรมนั้นๆ** และช่วยปลอบโยนอารมณ์ให้เด็กรู้สึกอบอุ่น ปลอดภัย ปัญหาพฤติกรรมที่เด็กแสดงออกจะลดน้อยลง



พัฒนาการขั้นที่ ๓

สื่อสารด้วยภาษากาย

พัฒนาการขั้นที่ ๓ คือ ความสามารถในการสื่อสารด้วยภาษากาย และ ความสามารถในการเข้าใจภาษากายของคนอื่น

การสื่อสารด้วยภาษากาย ได้แก่ สีหน้า แววตา น้ำเสียง ท่าทาง เช่น ยิ้ม หัวเราะ แววตาเป็นประกาย เมื่อรู้สึกสนุก ชอบ หรือ สายหน้า พยักหน้า ทำท่าให้อุ้ม

การเข้าใจภาษากายของคนอื่น เช่น เมื่อแม่วักมือเรียก เด็กเข้าใจว่าแม่ต้องการให้เดินไปหา พ่อชี้ไปที่สิ่งของ เด็กเข้าใจและมองตามมือที่ชี้ เพื่อนแสดงสีหน้าโกรธ ไม่ชอบ เด็กหยุดพฤติกรรมที่กำลังทำอยู่

พัฒนาการขั้น ๓ เป็นพัฒนาการที่สำคัญ และเป็นพัฒนาการที่ถูกลิ้มในงานด้านการส่งเสริมเด็กพัฒนาการล่าช้า เด็กพิเศษ เพราะ เรามักจะไปเน้นอยาก让孩子พูดได้ โดยลืมไปว่าการสื่อสาร การแสดงออกความคิด ความรู้สึก สามารถแสดงออกผ่านภาษากาย

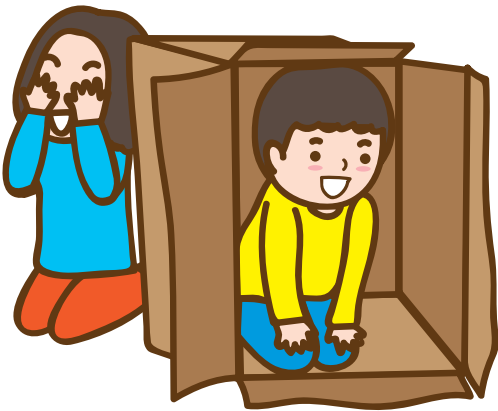
คนเรามักจะเชื่อกันที่ภาษากายมากกว่าภาษาพูด เช่น เมื่อเพื่อนถามเราว่าเป็นอย่างไรบ้าง แล้วเราตอบเพื่อนว่าสบายดี แต่สีหน้าเราหม่นหมอง และไม่มีรอยยิ้ม เพื่อนก็อาจจะถามต่อว่าเป็นอะไรหรือเปล่า เพราะ สังเกตจากภาษากายที่เราแสดงออก ความรู้สึกของคนจะเลือกเชื่อภาษากายมากกว่าเนื้อหาในคำพูด

ภาษากายมีความสำคัญมากในเด็ก โดยเฉพาะใน**การเล่นด้วยกัน การหยอกล้อกัน** ตัวอย่างเช่น เด็กอยากเข้ามาชวนเพื่อนเล่นวิ่งไล่จับ เด็กอาจวิ่งเข้ามาแตะหลังเพื่อนแบบแรงๆ แล้วส่งเสียงหัวเราะ แล้วแกล้งวิ่งหนี เมื่อเพื่อนหันกลับไป เห็นเพื่อนวิ่งหนี เห็นสีหน้าเพื่อนกำลังยิ้ม หัวเราะ แล้วทำท่าหลอกล่อ เด็กก็จะวิ่งตาม กลายเป็นการเล่นสนุก วิ่งไล่แปะกัน แกล้งกันเล่นๆ แบบสนุกๆ ด้วยกัน

เด็กที่สามารถเล่นกับเพื่อนได้ จึงไม่ได้หมายถึงถึง อยู่ในกลุ่มด้วยกัน ทำกิจกรรมด้วยกัน เท่านั้น การจะมีปฏิสัมพันธ์กัน ผูกพันกัน เล่นด้วยกันได้ อาศัย**ความสามารถที่สำคัญ** คือ ความสามารถในการสื่อสารด้วยภาษากาย และ เข้าใจภาษากายที่คนอื่นแสดงออกด้วย

เด็กที่มีพัฒนาการขั้น ๓ บกพร่อง เราจะพบว่าเด็กไม่สามารถแสดงออกทางสีหน้า แววตา หรือใช้ท่าทางได้หลากหลายเท่าเด็กวัยเดียวกัน เมื่อเด็กมีอารมณ์โกรธ โมโห ตื่นเต้น เด็กไม่สามารถแสดงออก สื่อสารบอกความรู้สึกของตัวเองให้คนอื่นทราบ จนกระทั่งเมื่อโกรธมากๆ จึงแสดงออกแบบเปรี้ยงออกมาทันที เช่น ต่อยหน้าคนอื่น หรือ วิ่งหนีเตลิดไป คนที่อยู่ด้วยก็อาจ ings ในพฤติกรรมที่แสดงออก และมองว่าเด็กมีปัญหาพฤติกรรม เช่น ก้าวร้าว รุนแรง

การช่วยเหลือลูกที่มีพัฒนาการล่าช้า ให้มีพัฒนาการขั้น ๓ จึงต้องเริ่มต้นด้วยทัศนคติและความเข้าใจที่ถูกต้อง คือ **คุณพ่อคุณแม่ต้องรู้สึกและมองเห็นว่าภาษากายมีความสำคัญ ไม่เน้นฝึกเอาคำพูด หรือภาษาพูดแต่เพียงอย่างเดียว** พ่อแม่เน้นการสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีกับลูกในทุกอารมณ์ ใช้เทคนิคแกลังง เพื่อช่วยให้ลูกสื่อสารเพิ่มขึ้น และคุณพ่อคุณแม่เน้นการใช้ภาษากาย ทางสีหน้า แววตา น้ำเสียง ท่าทางกับลูกให้หลากหลาย เพื่อให้ลูกเรียนรู้ที่จะเข้าใจภาษากายของคนอื่น



เริ่มต้นด้วยทัศนคติและความเข้าใจที่ถูกต้อง คือ
คุณพ่อคุณแม่ต้องรู้สึกและมองเห็นว่าภาษากายมีความสำคัญ

พัฒนาการขั้นที่ ๔

สื่อสารได้ต่อเนื่องเพื่อแก้ปัญหา

พัฒนาการขั้น ๔ คือ ความสามารถในการแก้ปัญหาโดยลงมือทำได้อย่างต่อเนื่อง หรือ สื่อสารด้วยท่าทาง สีหน้า แววตา น้ำเสียง คำสั้นๆ ได้ต่อเนื่องเพื่อพยายามแก้ปัญหา

ตัวอย่างเช่น เด็กอยากได้ขนมบนตู้ เด็กยืนมอง พยายามเอื้อมมือหยิบ หยิบไม่ได้ เดินไปลากเก้าอี้ ปีนขึ้นไปบนเก้าอี้ หยิบขนม หันมาหาแม่ ยิ้ม ส่งเสียงดีใจ แล้วปีนลงมาจากเก้าอี้ **(ลงมือทำได้ต่อเนื่องเพื่อแก้ปัญหา)**

หรือ เด็กอีกคนหนึ่งส่งเสียงดัง ร้องเรียกแม่ “อะ อะ” แล้วพยายามขึ้นไปบนชั้น แม่ไม่สนใจ เด็กเดินไปหาแม่ ดึงมือ พร้อมส่งเสียง พร้อมสีหน้า แววตา “อะ อะ” แล้วขึ้นไปบนชั้นอีก คุณแม่เดินไปหยิบขนมให้ เด็กยิ้มดีใจ **(สื่อสารด้วยท่าทางได้ต่อเนื่องเพื่อแก้ปัญหา)**

พัฒนาการขั้น ๔ เป็นพัฒนาการขั้นสำคัญ มักพบบกพร่องมากในกลุ่มเด็กพัฒนาการล่าช้า เด็กพิเศษ เพราะ เด็กอาจติดขัดเรื่องสมอง การสั่งการกล้ามเนื้อ ทำให้ไม่สามารถควบคุมร่างกายให้ทำงานได้ซับซ้อน ต่อเนื่อง นอกจากนั้น ยังเกิดจากการเลี้ยงดู ที่พ่อแม่ทำให้ลูกทุกอย่าง ทำให้สมองและร่างกายของ **เด็กขาดโอกาสในการคิด ลงมือทำ หรือสื่อสารเพื่อแก้ปัญหา**

เด็กที่มีพัฒนาการขั้น ๔ บกพร่อง เรามักจะพบว่าเด็กมีพฤติกรรมยึดติด ทำอะไรซ้ำๆ เช่น เมื่ออยากได้ขนม แต่เอาไม่ได้ เด็กกลับมาหมกหมุ่นกับสิ่งของ เดินไปมา หรือ นั่งเรียงของเล่นซ้ำๆ ไปมา เด็กขาดความหลากหลายในวิธีการลงมือทำ หรือความหลากหลายในวิธีการสื่อสาร ไม่สามารถแก้ปัญหาให้ตัวเองได้ เด็กอาจแสดงออกโดยโวยวาย หรือ มีพฤติกรรมตีตัวเอง โกรธ โมโห

พ่อแม่สามารถช่วยลูกให้มีพัฒนาการขั้น ๔ ให้แน่น โดยเปิดโอกาสให้ลูกลงมือทำเองมากๆ พ่อแม่คอยลุ้นเชียร์ ให้กำลังใจ **พ่อแม่ช่วยแบ่งงานเป็นขั้นตอนย่อยให้เด็กรู้สึกประสบความสำเร็จ** นอกจากนั้นพ่อแม่อาจใช้เทคนิคกลังงง ทำเป็นไม่เข้าใจ เพื่อฝึกให้ลูกจดจำ พยายามสื่อสารแก้ปัญหาได้ต่อเนื่องจนสำเร็จ



พัฒนาการขั้น ๕

ภาษา และการคิด

พัฒนาการขั้น ๕ คือ ความสามารถในการใช้ภาษาและความสามารถในการแสดงความคิดของตัวเอง โดยเด็กอาจแสดงออกความคิดของตัวเองผ่านการใช้ภาษาพูดบอก หรือ ใช้สื่อสัญลักษณ์อื่นๆ เช่น การวาดรูป การเล่นสมมุติ

พัฒนาการขั้น ๕ มีความสำคัญ และเป็น**ก้าวกระโดดที่สำคัญในพัฒนาการของเด็ก** เราจะเริ่มสื่อสารกับเด็กในสิ่งที่ไม่ได้อยู่ตรงหน้าเด็กได้ (หรือ สื่อสารกับเด็กโดยใช้สัญลักษณ์ทดแทน) เช่น เราอาจคุยกับเด็กเรื่องช้าง เรื่องยานอวกาศ เรื่องไดโนเสาร์ โดยใช้ภาษาเป็นสื่อ เด็กมีภาพในหัวว่าเรากำลังหมายถึงอะไร

เด็กที่เข้าใจสัญลักษณ์ หรือ พุดง่าย ๆ คือ เริ่มเข้าใจภาษา เด็กจะมีพัฒนาการก้าวกระโดดที่สำคัญ คือ จะ**เริ่มใช้ความคิดของตัวเองในหัวได้** และถ้าเด็กมีภาษาพูด เด็กก็จะสามารถ**สื่อสารความคิดของตัวเองออกมาทางภาษาพูดได้** เช่น สื่อสารบอกความต้องการ “เอาขนม” หรือสื่อสารบอกอารมณ์ เช่น “หนูกลัว หนูไม่ชอบ”

ในเด็กที่ยังไม่มีภาษาพูด ส่วนใหญ่เกิดจากความบกพร่องของสมองในส่วนที่เกี่ยวข้องกับภาษาทั้งความสามารถในการเข้าใจภาษา การประมวลเรียบเรียง และความคล่องแคล่วของสมองในการดึงภาษาออกมาใช้

เด็กๆ นั่งให้เรียนร้อยนะคะ



สิ่งที่อยากแนะนำให้คุณพ่อคุณแม่ถ้าลูกยังไม่มีภาษาพูด ขอให้คุณพ่อคุณแม่ช่วยลูก ดังนี้

๑) กลับมาทำพื้นฐานพัฒนาการขั้น ๑-๔ ให้แน่น

- ช่วยให้ลูกสงบตัวเอง สนใจสิ่งรอบตัว สนใจมีสัมพันธภาพกับคน
- เน้นการเล่นเพื่อให้ลูกมีแรงจูงใจในการสื่อสารด้วยท่าทางเพิ่มมากขึ้น
- เน้นการสื่อสารกับลูกด้วยภาษาท่าทางที่หลากหลาย และใช้คำพูดสั้นๆกับลูก เพื่อให้สมองของลูกค่อยๆเรียนรู้ภาษาทีละนิด และทำซ้ำๆบ่อยๆ
- คุณพ่อคุณแม่**ฝึกการรอคอยให้นานพอ** เพื่อเปิดโอกาสให้สมองของลูกได้คิด **“ริเริ่ม”** การสื่อสาร (**เรื่องนี้สำคัญมาก**)
- พยายามทำกิจกรรมต่างๆให้ซับซ้อนขึ้น **ฝึกให้ลูกพยายามลงมือทำ** แก้ปัญหาได้ต่อเนื่องจนสำเร็จ

๒) การฝึกร่างกาย (motor and sensory integration) อ่านรายละเอียดในบทที่ ๗

ทั้งสองข้อนี้มีเป้าหมายสำคัญ คือ เพื่อ**เตรียมพื้นฐานสมองของลูกให้มีความพร้อมในการรองรับ “ภาษา”** ค่ะ

หมอเชื่อว่าปาฏิหาริย์มีจริง ปาฏิหาริย์จะเกิดเมื่อเราทำในสิ่งที่ถูกต้อง ลงมือทำ และพยายามความอดทนที่นานพอ ความพยายามที่มากพอ จะช่วยให้ปาฏิหาริย์เกิดขึ้นได้จริง สำหรับลูกของเราหมอคิดว่า เขาอาจต้องใช้เวลาในการเตรียมพื้นฐานโครงสร้างของสมองที่นานกว่าเด็กคนอื่นๆ แต่หมอเชื่อว่าถ้าเราพยายาม เราทำ และทำด้วยวิธีการที่ถูกต้องไปเรื่อยๆ หมอเชื่อว่า**สักวันหนึ่ง สักวันหนึ่ง ลูกของคุณพ่อคุณแม่จะต้องพูดได้อย่างแน่นอน**ค่ะ

มีคุณแม่คนหนึ่งเพิ่งเริ่มเข้ามาใช้ฟลอร์ไทม์ตอนลูกอายุ ๖ ปี ตอนมาใหม่ๆ เด็กอยู่ในโลกส่วนตัว ไม่สนใจคน ไม่ค่อยสื่อสาร คุณแม่พยายามมากๆ ผ่านไปเกือบ ๓ ปี เด็กเริ่มสื่อสารด้วยท่าทางได้หลากหลายขึ้น เล่นกับพี่น้องในครอบครัวได้ และเริ่มมีคำสั้นๆ หลายคำมากขึ้น จำได้ว่าคุณแม่น้ำตาไหลในเวทีกลุ่มพ่อแม่เด็กโตแล้วบอกพ่อแม่คนอื่นๆว่า คุณแม่เคยรู้สึกหมดความหวังเรื่องการพูดของลูก คิดว่าลูกคงไม่มีโอกาสพูดได้แล้ว คุณแม่เคยได้อ่านในหนังสือ ที่เขาบอกว่าถ้าเด็กอายุ ๕ ปีแล้วยังไม่มีภาษา เด็กมักจะพูดไม่ได้ คุณแม่บอกว่า วันนี้คุณแม่อยากบอกทุกคนว่า **“ลูกของคุณแม่เริ่มพูดได้แล้ว”**

พัฒนาการขั้น ๖

เชื่อมโยงเหตุและผล

พัฒนาการขั้น ๖ คือ **ความสามารถในการเชื่อมโยง ความคิด ความต้องการ อารมณ์ ของตัวเอง กับความเป็นจริงภายนอกได้** หรือพูดง่ายๆ คือ เริ่มอยู่ในสังคมได้ เริ่มรับรู้และเข้าใจความจริงของสิ่งรอบตัวมากขึ้น หรือ พูดง่ายๆ อีก ก็คือ เด็กเริ่มเชื่อมโยง และเริ่มเข้าใจเหตุและผล สามารถตอบคำถาม “ทำไม” ได้

ตัวอย่างเช่น เด็กอาจสื่อสารบอกว่า “อยากไป อยากออกไปข้างนอก” แม่ถามว่าไปทำอะไร เด็กบอกว่า “ไปเล่นกับเพื่อน” เด็กเชื่อมโยงความต้องการ ความคิด ของตัวเอง และสื่อสารบอกได้ หรือ เมื่อพ่อถามว่า “ทำไมต้องไป” เด็กบอกเหตุผลง่ายๆ ว่า เพราะ “หนูชอบเล่นกับเพื่อน” “เล่นกับเพื่อนสนุก”

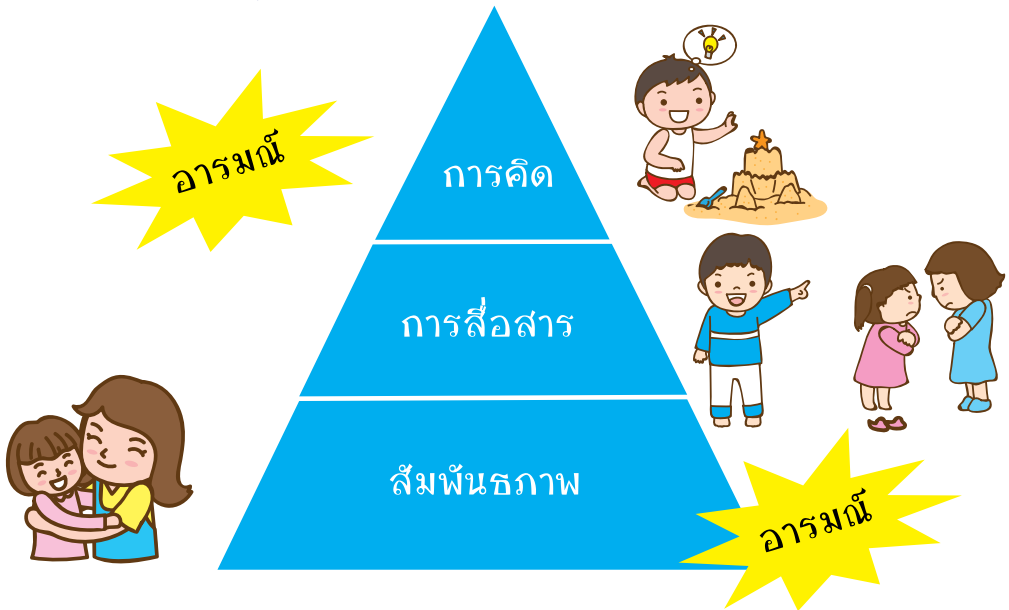
ถ้าเด็กมีพัฒนาการถึงขั้น ๕ คือ มีภาษาแล้ว การนำพาเด็กไปสู่พัฒนาการขั้น ๖ เป็นเรื่องไม่ยากมากนัก ถ้าพ่อแม่รู้เทคนิควิธีการและ**ใช้เวลาพูดคุย เล่นสัมผัสกับลูก พาลูกไปเจอประสบการณ์ใหม่บ่อยๆ** ลูกก็จะเริ่มเชื่อมโยงเหตุและผล เข้าใจสิ่งรอบตัว และสื่อสารด้วยภาษาในระดับเหตุผลได้หลากหลายขึ้นเรื่อยๆ

เด็กที่มีพัฒนาการขั้น ๖ ไม่เต็ม เด็กอาจจะตอบคำถามแบบสะเปะสะปะ พอเจอคำถามยาก เด็กอาจเฉยไม่ตอบ หรือหลบเลี่ยง เดินหนีไป หรือ บางคนกลับไปพูดเรื่องในสมมุติ จินตนาการ หรือ บางคนก็ตอบแบบมั่วๆ ไป คือ **เราจะรู้สึกว่าพูดกับเด็กคนนี้แล้วไม่ค่อยรู้เรื่อง คอยกันไม่ค่อยเข้าใจ งง สุดท้ายก็มักจะเลิกคุยกันไป** เด็กก็จะมีปัญหาเรื่องการพูดคุย การเข้าสังคมกับเพื่อน **เพื่อนไม่อยากเล่นด้วย ไม่อยากคุยด้วย** หรืออาจกลายเป็นตัวตลกประจำห้อง โดนเพื่อนล้อเลียน

พ่อแม่จึงต้องพยายามช่วยลูก โดยตั้งให้ลูกพูดคุยโต้ตอบให้ต่อเนื่อง สมเหตุสมผล ถ้าลูกตอบไม่ได้อาจช่วยให้ตัวเลือก เช่น “หนูอยากออกไปข้างนอก เพราะ หนูอยากออกไปกินขนม หรือ หนูอยากไปเล่นกับเพื่อนคะ”

สิ่งสำคัญที่สุด คือ **ให้เด็กมีอารมณ์ร่วมอยากพูดคุย อยากตอบคำถาม** เน้นสัมพันธภาพที่ดี ให้เด็กมีแรงจูงใจ อยากพูด อยากตอบ ทั้งหมดนี้เป็นปัจจัยสำคัญที่จะช่วยให้ลูกพูดคุยโต้ตอบ และเชื่อมโยงเหตุผลได้มากขึ้น

สรุปแบบง่ายๆ!! พัฒนาการองค์รวม



พัฒนาการขั้น ๑-๒ - สัมพันธภาพ (สงบ จดจ่อกับคนได้ในทุกอารมณ์)

พัฒนาการขั้น ๓-๔ - สื่อสาร ด้วยสีหน้า แววตา สื่อสารด้วยท่าทางได้ซับซ้อนต่อเนื่อง
(จนแก้ปัญหาได้ แม้จะยังพูดไม่ได้)

พัฒนาการขั้น ๕-๖ - มีภาษาพูด แสดงความคิดของตัวเองได้ มีเหตุมีผล

พัฒนาการองค์รวม เหมือน “เครื่องยนต์” ที่อยู่ข้างในรถ

ถ้ารถเสียแล้วเราซ่อมรถ โดยเลือกเพียงซ่อมแซมภายนอก ปะ ดิด ซ่อมตัวถัง พ่นสีใหม่ ให้รถดูดี เหมือนๆ รถคันอื่น เราอาจจะได้รถที่ดูเหมือนดี แต่ยังไม่สามารถวิ่งได้ รถวิ่งไม่ได้ หรือวิ่งแล้ว ล้ม วิ่งแล้วก็พังอีก

เปรียบเหมือนเด็กพิเศษ ถ้าเราพยายามแก้ปัญหาเด็กพิเศษ โดยพยายามปรับพฤติกรรมเด็ก จับหยุด กำกับสิ่งไม่ให้เกิดพฤติกรรมแปลกๆ สิ่งให้เด็กนั่งให้เรียบร้อย ไม่กระโดดไปมา ไม่พูดซ้ำๆ ไม่ตะโกนเสียงดัง เราอาจเพียงกำลังช่วยให้เด็กดูดีเพียงภายนอก แต่เราไม่ได้กำลังช่วยให้เด็กกลับมามีชีวิต ทำงานได้ ใช้การได้

พลอร์ไทน์เน้น “ซ่อมเครื่องยนต์ข้างใน” เพื่อให้รถกลับมาวิ่งได้ ใช้การได้



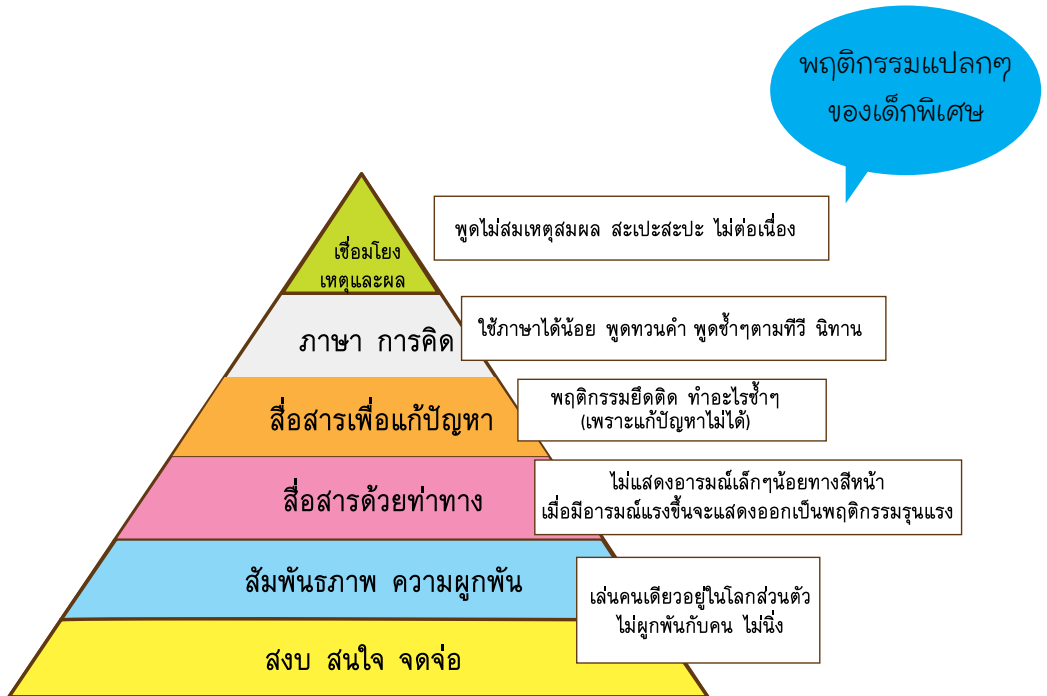
ศักดิ์สิทธิ์ สนิทวงศ์ ณ.อยุธยา

พยาบาลวิชาชีพ/นักกระตุ้นพัฒนาการ จ. สงขลา

เครื่องยนต์ = พลังขับเคลื่อนภายใน
ที่มาจากความอยาก ความต้องการ แรงจูงใจของเด็กเอง



ถ้าเด็กมีพัฒนาการองค์รวมบกพร่องจะแสดงออกอย่างไร



ความสำคัญของการพัฒนาการองค์รวม ทำให้เข้าใจพฤติกรรมที่แปลกๆ ของเด็กพิเศษ
และรู้วิธีส่งเสริมพัฒนาการเพื่อแก้ปัญหาพฤติกรรมอย่างยั่งยืน

บทที่ ๓

ความแตกต่างระบบ
ประสาทของเด็ก



ความแตกต่างระบบ
ประสาทของเด็ก



ระบบรับรู้ความรู้สึก
(Sensory)

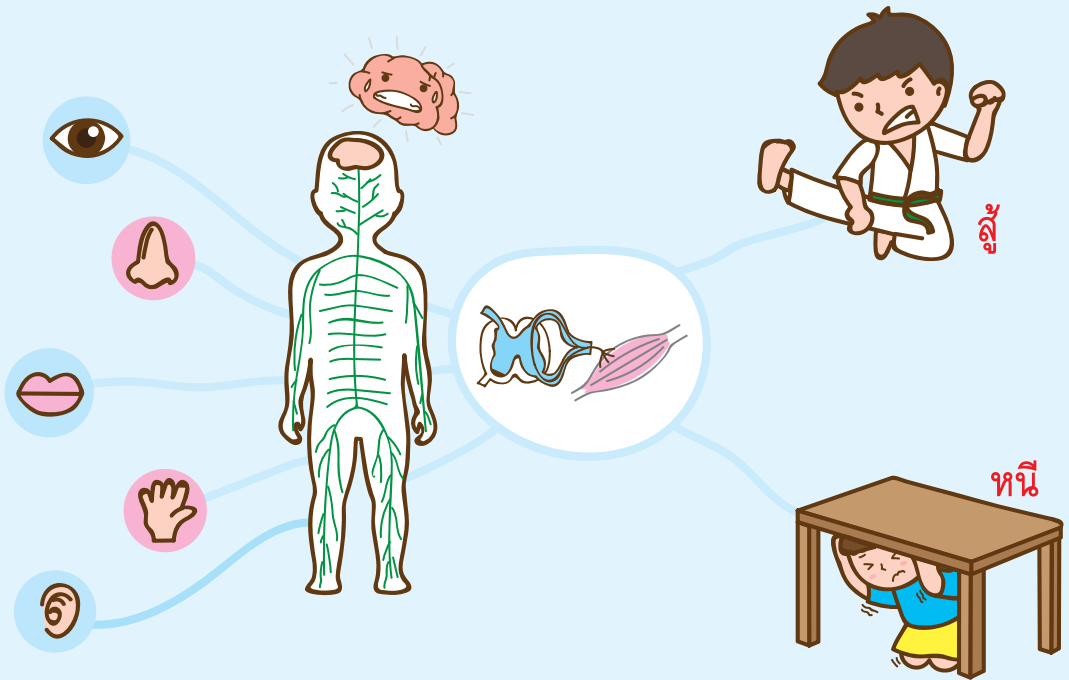


ระบบประมวลข้อมูล
(Processing)



ระบบสั่งการกล้ามเนื้อ
(Motor)





ระบบความรู้สึกร

ระบบประมวลข้อมูล

ระบบกล้ามเนื้อ

พฤติกรรมที่เด็กแสดงออก

ความแตกต่างระบบประสาทของเด็ก

ความแตกต่างระบบประสาทของเด็ก

★ ระบบรับความรู้สึกของร่างกาย

- มองเห็น ได้ยิน สัมผัส ลิ้มรส ดมกลิ่น เอ็นข้อต่อ ทรงตัว
- เฉื่อย - สิ่งกระตุ้นต้องแรง ถึงจะรู้สึก เล่นแรงๆ กลืนแรงๆ รสจัดๆ
- ไว - สิ่งกระตุ้นนิดเดียว ก็รู้สึก่มากแล้ว ไม่เอาแล้ว ชักแล้ว ชี้ตกใจ

★ ระบบประมวลข้อมูล

- เมื่อตามองเห็นแต่สมองตีความสะเปะสะปะ
- เมื่อหูได้ยิน แต่สมองตีความกระพริงกระแพ้ง

★ ระบบสั่งการกล้ามเนื้อ

- ลูกมีปัญหาระบบสั่งการกล้ามเนื้อ ?
- รวดเร็ว ปราดเปรี้ยว ทนทาน
- เชื่องช้า ชอบอยู่นิ่งๆ ล้าง่าย

★ สรุปความแตกต่างระบบประสาทของเด็ก

★ มองปัญหาพฤติกรรมเด็กปกติอย่างเข้าใจความแตกต่างระบบประสาท

★ มองปัญหาพฤติกรรมเด็กพิเศษอย่างเข้าใจ เห็นอกเห็นใจในความยากลำบาก

★ ตัวอย่างการนำความเข้าใจเรื่องระบบประสาทไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน

★ สรุป (อีกครั้ง) พ่อแม่ต้องสังเกตความแตกต่างระบบประสาทอะไรบ้าง



เอามือจับกะทะร้อน
กระเด็น มือออกทันที

ตัวอย่างการทำงานของระบบประสาทพื้นฐาน

สิ่งกระตุ้นภายนอก - ความร้อนของกะทะ

ระบบรับรู้ความรู้สึกของร่างกาย (ผิวหนัง) - รับรู้สัมผัสของร้อน

ระบบประมวลข้อมูล (สมอง) - ร้อนมากๆ อันตราย

ระบบสั่งการกล้ามเนื้อ - กระเด็นมือออกทันที

พฤติกรรม - สีหน้าตกใจ ส่งเสียงร้องไวยวาย

ระบบรับรู้ความรู้สึกของร่างกาย

ระบบรับรู้ความรู้สึกของร่างกายที่สำคัญ 7 ระบบ

ระบบสัมผัส - ผิวหนัง → ร้อน เย็น เจ็บ ไม่เจ็บ



ระบบการลิ้มรส - ลิ้น → หวาน เค็ม เปรี้ยว จืด

ระบบการได้กลิ่น - จมูก → หอมเหม็น ฉุนๆ บุด



ระบบการได้ยิน - หู → เสียงทุ้ม เสียงแหลม เสียงดัง เบา

ระบบการมองเห็น - ตา → สี สัน แสงจ้า มืดสลัว

ระบบเอ็นและข้อต่อ - กล้ามเนื้อ เอ็น ข้อต่อ → การนวด กดแรงๆ กดเบาๆ กระแทกแรงๆ

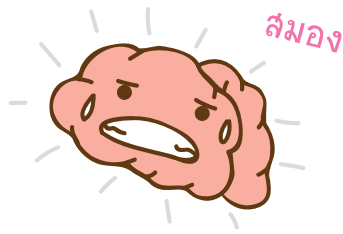
ระบบการทรงตัว - หูชั้นใน → โคลงเคลง เมาง่าย โลดโผน ห้อยหัว ตีลังกา หมุนตัว



คนแต่ละคนมีความไว ความเฉื่อย ของระบบรับรู้ความรู้สึกที่แตกต่างกัน เช่น

- บางคนนั่งเรือโคลงเคลงนิดหน่อยก็เมา อาเจียนแล้ว (ระบบการทรงตัว - ไว)
- บางคนสามารถเล่นรถไฟเหาะตีลังกา หรือชอบเล่นหมุนตัวเร็วๆ ได้โดยไม่รู้สึกเวียนหัวอะไร (ระบบการทรงตัว - เฉื่อย)
- บางคนไม่ชอบทุเรียนเลย รู้สีกว่ากลิ่นแรงมาก ถ้ามีทุเรียนอยู่ใกล้ๆ จะทนไม่ได้ คลื่นไส้ (ระบบรับกลิ่น - ไว)
- บางคนเวลาเดินต้องเอามือแตะโน่นนี่ เอามือระข้างฝา ตลอดทางเดิน (ระบบสัมผัส - เฉื่อย)
- เด็กบางคนเวลาสระผม ร้องโวยวาย ไม่ค่อยยอมให้สระ ไม่ชอบให้หน้าเปียกน้ำ พยายามหลบเลี่ยง (ระบบสัมผัส - ไว)

ระบบประมวลข้อมูล



หลักๆ ในเด็กเราดู ๒ ระบบที่เป็นช่องทางการเรียนรู้ที่สำคัญ คือ

การประมวลข้อมูลผ่านการมองเห็น

เด็กที่การรับรู้ผ่านการมองเห็นค่อนข้างติดขัด ช่องทางการเรียนรู้ผ่านการมองเห็นไม่ค่อยดีนัก เราจะพบ

- เด็กมีความบกพร่องด้าน **มิติสัมพันธ์** เดินชน ชุ้มช้ำ
- มีความ **ยากลำบากในการแยกแยะวัตถุ** หาวของไม่เจอ
- การกลอกสายตา **กลอกตาไปมาเพื่อมองสิ่งรอบตัว** ไม่คล่องแคล่ว ติดขัด



เมื่อตามองเห็น แต่สมองตีความสะเปะสะปะ