

รับมือเด็ก`สมาธิสั้น LD ออทิสติก`

เคยสังเกตมั๊ยว่า เด็กูปร่างหน้าตาดี ฉลาดเฉลียว ไม่บ่งบอกว่ามีอาการป่วยหรือมีความผิดปกติทางร่างกาย แต่อย่างไรก็ตาม ทำไมจึงเรียนหนังสือไม่รู้เรื่อง อ่านหนังสือไม่ออก เข้ากับเพื่อนๆ ไม่ได้ หรือนั่งนิ่งๆไม่ได้เลย ในทาง การแพทย์เด็กเหล่านี้อยู่ในข่ายของอาการ "สมาธิสั้น-บกพร่องทางการ เรียนรู้- ออทิสซึม" ซึ่งเป็นโรคที่เกี่ยวข้องกับ ความบกพร่องทางการเรียนรู้ และแสดงพฤติกรรม "แตกต่าง" กันไปตามอาการของโรค ซึ่งมักเป็นปัญหาต่อการเรียนรู้ ของเด็กในชั้นเรียนมากที่สุดในยุคนี้

ในการสังเกตพฤติกรรมของเด็ก 3 กลุ่มคือ สมาธิสั้น บกพร่องทางการเรียนรู้ (Learning Disorder-LD) และออทิสซึม หรือออทิสติก (Autism Spectrum Disorder) ซึ่งจัดอยู่ในกลุ่มเด็กที่มีปัญหาเรื่องพฤติกรรมในชั้น เรียน สามารถแยกได้ 5 ด้าน ได้แก่

1. ด้านพฤติกรรมทั่วไป
2. ด้านภาษา
3. ด้านความสัมพันธ์
4. ด้านการรับรู้ความเป็นจริง
5. ด้านความเคลื่อนไหวและสมาธิ

ปัญหาที่เห็นชัดเจนของเด็กแต่ละกลุ่มก็คือ เด็กแอลดีมักจะมีปัญหาชัดเจนเรื่องการเรียน เรียนรู้ได้ช้า ไม่ค่อย เข้าใจ เพราะเขาบกพร่องทางการเรียน มีปัญหาด้านการเรียนมากกว่า การปรับตัว หรืออาการเจ็บป่วยอื่นๆ ส่วนเด็ก สมาธิสั้น ปัญหาที่มักพบก็คือ การรบกวนในห้องเรียน เดินไปเดินมา อยู่ไม่นิ่ง ขยับตัวไปมา ทำเสียงไววายหงุดหงิด หรือรบกวนเพื่อน แกล้งเพื่อน

ขณะที่เด็กออทิสติกจะมีปัญหาเรื่องการปรับตัวสื่อสาร หรือพูดกับคนอื่น ไม่ค่อยรู้เรื่อง กินอะไรซ้ำๆ เหมือนเดิมไม่เปลี่ยนแปลง ทักษะสังคมไม่ค่อยดี เข้ากับเพื่อนไม่ค่อยได้ เด็กออทิสติกจึงมีปัญหาเรื่องการปรับตัว มากกว่าปัญหาการเรียน

เด็กแอลดีจะไม่มีภาวะบกพร่องทางด้านสติปัญญา สมรรถภาพเขาปกติดี แต่จะมีปัญหาเรื่อง การเรียนรู้ เพราะ การรับรู้ประสาทสัมผัสดี แต่พอมาถึงการแปลความจะแปลความสับสน ทำให้พูดออกมากลั่นกลืน สับสนซ้ำๆ ตัวหนังสือห้วนๆ หัวออก ใช้ไม้เอกไม้โทไม่ถูกต้อง

ส่วนเด็กสมาธิสั้นจะมีภาวะของสารเคมีในสมองที่หลังผิดปกติ มีพลังเยอะ เป็นเด็กที่ตื่นตัวตลอดเวลา เวลา เราสั่งงานจึงต้องให้ขอบเขตและกติกาอย่างชัดเจน ขณะที่ เด็กออทิสติกจะกลัวมากถ้ามีอะไรกะทันหันโดยที่ไม่ บอกเขาล่วงหน้า เพราะปรับตัวไม่ค่อยได้

สำหรับปัญหาพฤติกรรมของเด็ก 3 กลุ่ม ที่มักพบในชั้นเรียน คือ การที่เด็กควบคุมอารมณ์ตัวเองได้น้อยและ อยู่ไม่นิ่ง มาจากสาเหตุ 2 ประเด็นด้วยกันคือ การอบรมเลี้ยงดูจากที่บ้านที่ไม่ค่อยมีวินัย และตัวเด็กเองมีความกังวล โดยเฉพาะเด็กสมาธิสั้นจะกังวลมากถ้าเขาได้เรียนวิชาที่ต้องใช้สมาธิมากๆ อยู่นิ่งๆ หรือต้องนั่งนิ่งๆ ฟังอะไรนานๆ แต่ เด็ก LD จะกลัวที่สุดคือ กลุ่มวิชาทางด้านภาษาและคณิตศาสตร์ ส่วนเด็กออทิสซึมจะเกลียดและกังวลที่สุดคือ วิชา ลูกเสือ เพราะต้องอยู่ในกฎระเบียบที่ต้องทำตาม ทำให้รู้สึกหงุดหงิด

ลักษณะการเลี้ยงดูของพ่อแม่ไม่ให้อำนาจความลำบาก ทำให้เด็กติดความสบาย ขาดความกระตือรือร้น ขาด ความอดทน มีความพยายามน้อย เรามักจะเจอในเด็กออทิสติกกับสมาธิสั้น กรณีเด็กออทิสติก ครูสังเกตได้ง่ายๆ คือ "ไม่สบตา ไม่พาที ไม่ขี้นิ้ว"

ไม่สบตา คือเวลาคุยด้วยไม่สบตา ไม่พาที คือไม่ค่อยพูด ไม่บอกว่าต้องการอะไร สื่อสารไม่ค่อยได้ ส่วนไม่ขี้นิ้ว ก็คือไม่สนใจว่าต้องการอะไร คือไม่สามารถขี้นิ้วได้ นอกจากนี้ยังพบว่า เด็กชอบเดินเขย่งเท้า เพราะผิวสัมผัสเขาไม่ ค่อยดี แล้วก็ชอบเล่นนิ้ว คือเอาเล็บจิกกับนิ้วตัวเอง เพื่อกระตุ้นให้เกิดความรู้สึกขึ้นมา

การรักษาที่จะให้ผลดีในระยะยาวที่ดีที่สุดคือ การรับประทานยาควบคู่กับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเด็กร่วม ด้วย เพราะการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมจะช่วยให้เด็กมีระเบียบวินัยมากขึ้น รู้จักการยับยั้งตัวเองได้ อยู่ในกฎกติกาและ

เข้าใจว่าควรทำอะไร จะทำให้อาการของเด็กค่อยๆ ดีขึ้นเรื่อยๆ รวมถึงการบำบัดอื่นๆ เช่น ในเด็กสมาธิสั้นให้สวมหมวก นั่งสมาธิ เล่นกีฬา รวมถึงการฝึกให้อยู่ในกฎระเบียบ ซึ่งจะได้อะไรในระยะยาว

สำหรับเทคนิคการช่วยเหลือเด็กกลุ่มนี้ในชั้นเรียนมีคำแนะนำดังนี้

1. ครูควรวางขอบเขตพฤติกรรมของเด็ก ต้องไม่ ทำร้ายข้าวของ ไม่ทำร้ายคนอื่น และได้สิทธิเท่าเทียมกับคนอื่นทั่วไป เช่น การใช้เวลาไม่เกินคนอื่น ไม่อนุญาตให้เล่นของเล่นหรือมีสิทธิพิเศษมากกว่าเด็กคนอื่น
2. ในกรณีที่เด็กมีปัญหาอยู่ด้วยกันจำนวนมากๆ ในเวลาเรียน ครูควรจัดโต๊ะเรียนเป็น กลุ่ม 4-6 คน อย่าให้เขาจัดกลุ่มเองเด็ดขาด เพราะเพื่อนไม่ยอมเอาเข้ากลุ่ม และใช้จิตวิทยา กลุ่ม เช่น เวลาครูสอนให้ถาม คำถามเป็นช่วงๆ เป็นคำถามง่ายๆที่เขาตอบได้ จะทำให้เขามีความสนใจมากขึ้น เพราะเพื่อนๆ จะช่วยให้เขาตอบคำถาม
3. ใช้วิธีแรงเสริมทางบวกโดยการให้รางวัลกระตุ้นจิตใจ เช่น การให้ดาว สติกเกอร์ คะแนน รวมถึงครูสามารถให้แรงเสริมทางลบได้คือ ไม่ให้คะแนนเพิ่มเติม หรือตัดคะแนน พอถูกหักคะแนนเขาก็เริ่มกลับมากระตือรือร้นในการเรียนเพิ่มขึ้น
4. วิธีการที่จะสอนได้ดีที่สุดในเด็กแอลดี ซึ่ง จะมีปัญหาด้านการอ่าน การเขียน การสะกดคำ ก็คือการให้เด็กได้อ่านออกเสียงวันละ 15 นาที ไม่เกิน 30 นาที เพราะเมื่อเขาอ่าน ตาเขาเห็นตัวหนังสือ จะทำให้เกิดกระบวนการจำจากสิ่งที่เขาเห็น เสียงที่เขาอ่าน เกิดกระบวนการจำจากสิ่งที่เขาได้ยิน และจะดีมากถ้าให้เขาเปิดในสิ่งที่เขาอ่าน แล้วให้เขาเล่าให้ครูฟังว่าเขาอ่านอะไรไปบ้าง ก็จะเกิดความเข้าใจจากการอ่าน
5. เด็กแอลดีมักจะเครียดมากเวลาเรียนภาษาอังกฤษ ภาษาไทย หรือคิดเลข จะ รู้สึกปวดท้อง ปวดหัว ครูควรบอกเขาก่อนเรียน เช่น "เดี๋ยววิชาภาษาไทย ครูเข้าใจว่าเดี๋ยวหนูจะไม่สบาย เพราะครูรู้ว่าหนูกังวล หนู รู้สึกเครียด ถ้าหนูรู้สึกเครียด กังวล ไม่สบายใจ หนูค่อยๆบอกครูนะ แล้วหนูมาบอกครูนะว่าหนูพอไหวไหม หนูอดทนได้ไหม " วิธีนี้เป็นการเตรียมพร้อมให้เด็ก ซึ่งใช้ได้กับทั้ง 3 อาการ
6. เด็กสมาธิสั้น มักจะทำงานเร็ว แต่ซุ่ม ครู ต้องบอกเขาล่วงหน้า เช่น "เดี๋ยวหนูจะทำเร็วมาก แต่ทุกครั้งที่งานที่หนูส่งมาให้ครูไม่ค่อยได้คะแนนเท่าไร เพราะหนูจะทำด้วยความ รวดเร็วเกินไป แต่ครูเชื่อว่าหนูมีความสามารถที่จะทำได้ดีกว่านี้" คือบอกเขาล่วงหน้าว่าถ้าเขาจะทำเร็ว แต่ทำไม่ละเอียด ก็บอกเขาว่าครูเชื่อว่าหนูสามารถทำได้ดี ละเอียดยะเอียดเรียบร้อย ถ้าหนูคิดว่าหนูทำได้ดี ละเอียดเรียบร้อยแล้ว หนูค่อยมาส่งครูนะ
7. เด็กออทิสติกครูต้องบอกล่วงหน้าถึงสิ่งที่เขาจะทำต่อไป และบอกด้วยว่าเราเชื่อว่าเขาทำมันได้ เพราะปัญหาของเขาคือ เรื่องการสื่อสาร ปรับตัวไม่ค่อยดี อะไรที่มีการเปลี่ยนแปลง ปลงมีปัญหาเกิดขึ้นแน่นอน เพราะไม่ค่อยยืดหยุ่น จึงต้องบอกเขาล่วงหน้าก่อนเสมอ เช่น "เดี๋ยวจะมีกิจกรรมลูกเสือและจะต้องเข้าแถว แล้วอากาศก็ร้อน ครูรู้ว่าหนูไม่ชอบ เพื่อนๆทุกคนก็ไม่ชอบ แต่ทุกคนต้องอดทน บางทีหนูอาจจะหงุดหงิดมากจนทำให้หนูไม่ยอมทำตามมันเลย แต่ครูเชื่อว่าหนูสามารถทำมันได้"
8. ในการสอนเด็กออทิสติก ครูควรให้กติกาง่ายๆ สอนเขา สอน เสร็จเรียบร้อยสัก 15 นาที แล้วให้ทวนกติกาอีกครั้งหนึ่ง ทวนบ่อยๆเพื่อเตือนความจำให้กับเด็ก และชื่นชมเมื่อเด็กจำได้ว่ากติกาคืออะไร เด็กกลุ่ม "สมาธิสั้น-LD ออทิสติก" จะไม่สร้างปัญหาในห้องเรียน หากครูรู้เทคนิคการรับมือ เด็กๆ ก็พร้อมจะเรียนเสมอ

อ้างอิงข้อมูล

ขอขอบคุณข้อมูลและรูปภาพจาก [http:// theasianparent](http://theasianparent)

<http://wongheathyshop.lnwshop.com/p/2>

สืบค้นข้อมูลโดย.... นางอรพรรณ วรรณโร

บทความประจำเดือนมิถุนายน 2560