เทคนิคการทำ Floortime เพื่อส่งเสริมการคิด และการเล่นสมมติ

ร.ศ พ.ญ กิ่งแก้ว ปาจรีย์
ภาควิชาเวชศาสตร์ฟื้นฟู คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

- กระตุ้นให้เด็กเล่นสมมติให้มากที่สุด
- เล่นให้สนุกในบรรยากาศที่อบอุ่นเป็นกันเอง
- แจกแจงประสบการณ์ในชีวิตจริงที่เด็กรู้จักและชอบ แล้วหาของเล่นเสมือนจริงมาเล่น
- ตอบสนองต่อความต้องการที่แท้จริงของเด็ก โดยการเล่นบทบาทสมมติ
    - ให้เด็กมีโอกาสแยกแยะว่าสิ่งใดเป็นของเล่น สิ่งใดเป็นของจริง
    - ถ้าเด็กหิวน้ำ ให้ยื่นถ้วยของเล่นให้ แล้วเล่นเสริฟน้ำกัน
    - ถ้าเด็กหิว ให้เล่นทำอาหาร แล้วแสดงท่ากินกัน
    - ถ้าเด็กทำท่าจะไป ให้ยื่นกุญแจให้เด็กเล่น หรือรถเด็กเล่น
    - ถ้าเด็กนอนอยู่บนพื้น ให้แกล้งห่มผ้า และเห่กล่อม พร้อมทำท่าปิดไฟ
    - กระตุ้นการเล่นบทบาทสมมติ โดยแต่งกายเลียนแบบ เช่น หมอ กุ๊ก
- ใช้ตุ๊กตารูปการ์ตูนที่เขารู้จัก หรือบุคคลในครอบครัวเป็นตัวละคร
- ให้เปลี่ยนของจริงที่เขาเล่นให้เป็นสิ่งสมมติ เช่น โซฟาที่เด็กกำลังปีนเป็นภูเขา ไม้ลื่นที่เขากำลังจะลื่นลงมา กลายเป็นภูเขา และกำลังจะไถลตัวลงน้ำ
- สมมติให้สิ่งของอย่างหนึ่งกลายเป็นอีกอย่างหนึ่ง เช่น ช้อนกลายเป็นเทียนหรือไฟฉาย
- แสดงท่าแต่งตัวแทนการใช้เครื่องแต่งกายจริง
- ในขณะที่เขาเล่น ให้เขาออกความคิดมากที่สุด เช่น ใครจะขับรถ จะขับไปไหน ไปซื้ออะไร ทำไมถึงไปที่นั่น ทำไมไม่ไปที่อื่น
- เพิ่มเติมภาษาลงไปในการเล่น
- เมื่อเกิดปัญหาระหว่างการเล่น แล้วเด็กหงุดหงิด ให้เด็กช่วยแก้ไขในเชิงสัญลักษณ์ เช่น เมื่อตุ๊กตาหล่นแตกหักเสียหาย ให้หยิบอุปกรณ์แพทย์ให้เด็ก พร้อมทั้งแสดงความเข้าใจอารมณ์เด็กในขณะนั้นด้วย
- สวมบทบาทเป็นตัวละครไปเล่นกับเด็กโดยการดัดเสียงและแสดงท่าทาง ถ้าใช้ตุ๊กตาเป็นสื่อ เวลาพูด ให้พูดกับตุ๊กตาของเด็ก และใช้เสียงจริงคอยชี้แนะการกระตุ้น
- ใช้เสียงกระซิบคอยช่วยเด็ก (เป็นพรรคพวกกัน) และอีกเสียงหนึ่งเป็นศัตรูหรือฝ่ายก่อกวน
- เพิ่มเติมอุปสรรคและข้อขัดแย้งในการเล่น แล้วให้เด็ก

แก้ปัญหา ถ้าแก้ไม่ได้ ให้ใช้เสียงจริงกระตุ้นหรือคอยให้ทางเลือก

- ❖ ใช้ตุ๊กตารูปการ์ตูนที่เด็กชอบ มาเล่นซ้ำแบบในการ์ตูน หรือปรับเปลี่ยนเรื่องราวและสังเกตว่าเด็กมักจะหลีกเลี่ยงหรือกลัวเรื่องราวแบบใด
- ❖ ใช้การเล่นคลี่คลายความกลัวให้เขาทั้งในชีวิตจริงและในการเล่นสมมติ
- ❖ ให้เด็กเป็นผู้ชี้นำแนวทางการเล่น โดยผู้ใหญ่คอยดูแลให้การเล่นอยู่บนพื้นฐานของความจริง
- ❖ พยายามให้การเล่นมีจุดเริ่มต้น การดำเนินเรื่อง และตอนจบ
- ❖ แสดงน้ำเสียง สีหน้าและท่าทางให้เหมาะสมกับเรื่องราวที่เล่น
- ❖ สะท้อนถึงความคิดและอารมณ์ของเด็กในการเล่น และชีวิตจริงเป็นระยะๆ
- ❖ ชวนเด็กพูดคุยถึงนามธรรมต่างๆ ความดี ความชั่วร้าย การสูญเสีย การแยกจาก และอารมณ์ความรู้สึกต่างๆ
- ❖ ขยายลักษณะอารมณ์ในการเล่นให้หลากหลาย และเตรียมรับมือกับการตอบสนอง เช่น เปลี่ยนเรื่องกระทันหัน ตกใจ เกร็ง
- ❖ ทำให้อารมณ์ที่รู้สึกแรงขึ้นๆ
- ❖ พยายามอ่านอารมณ์ที่อยู่เบื้องหลังพฤติกรรมของเด็ก แต่ไม่เชื่อมโยงให้ บอกให้รู้ว่าเข้าใจ
- ❖ มีกฎกติการที่ชัดเจน เช่น ห้ามทำของเสียหาย ห้ามทำร้ายร่างกาย แสดงได้แต่ท่าทาง
- ❖ ถ้าจะเลิกต้องบอกให้รู้ว่าเลิกเล่น

สิ่งที่ต้องหลีกเลี่ยงในการเล่นสมมติ

- ❖ หลีกเลี่ยงการกำกับบท
- ❖ อย่ากลายเป็นคนดูและคอยวิจารณ์
- ❖ อย่าอาย
- ❖ หลีกเลี่ยงการท่องจำ กระตุ้นให้คำพูดออกมาตามธรรมชาติ
- ❖ **ระวังอารมณ์และความรู้สึกของตัวเอง** โดยเฉพาะเรื่องเกี่ยวกับความโกรธและก้าวร้าว

การส่งเสริมพัฒนาการในชีวิตประจำวัน

- ❖ เพิ่มเติมการรับรู้เรื่องอารมณ์
- ❖ พยายามเพิ่มการเจรจา ต่อรองให้มากที่สุด
- ❖ ตรวจสอบอารมณ์ของตนเองเป็นระยะๆ
- ❖ หลีเลี่ยงวิชาการที่เน้นการท่องจำ
- ❖ ช่วยให้เด็กเชื่อมโยงความคิดของตนเอง และความคิดของผู้อื่นให้จบเป็นเรื่องๆโดยการ
    - o กระตุ้นให้พูดโต้ตอบไปมาในเรื่องเดียวกันให้นานที่สุด
    - o ถามคำถามปลายเปิด ถ้าทำไม่ได้จึงให้ตัวเลือก

- ค่อยๆเพิ่มความยากในการพูดคุย จากเรื่องที่กำลังทำอยู่ตรงหน้า ไปหาเรื่องในอนาคตหรือในอดีต
- หลีกเลี่ยงการสนทนาแบบคู่ขนาน
- ใช้ข้อขัดแย้งให้เป็นประโยชน์
- ใช้เรื่องที่เด็กสนใจหรือต้องการจะพูด
- เชื่อมโยงหรือเตือนให้รู้ถ้าพูดสะเปะสะปะ
- เพิ่มมิติของเหตุการ์ต่างๆที่ผ่านเข้ามาในชีวิตประจำวัน แทนที่จะมีแค่ขาวกับดำ
- ช่วยให้เด็กเข้าใจในเรื่องที่เด็กกำลังหลีกเลี่ยง

แนวทางแก้ปัญหาขณะเล่น

ปฏิกิริยาของเด็ก	การแก้ไข
❖ หลีกเลี่ยง หนี	❖ ตามติด ❖ ทำเหมือนเป็นความตั้งใจ ❖ ใช้ตัวหลอกล่อ ❖ แกล้งขวางแบบสนุกๆ ❖ ใช้ magic ดึงความสนใจ ❖ พยายามตื้อเอาการตอบสนองให้ได้
❖ ติดขัด ไม่รู้จะทำอะไรต่อไป	❖ หาทางออกให้ ❖ เอาของเล่นที่สนใจกลับมาล่ออีก ❖ ปรับเปลี่ยนการเล่น ❖ ใช้คำพูดซ้ำๆ ให้สัญลักษณ์ เช่น 1-2-3 ไป
❖ ใช้ script	❖ พูดตาม ❖ ใช้ script ให้แตกต่างจากเดิม ❖ เปลี่ยนคำพูดเลย
❖ เล่นซ้ำซาก	❖ ขอเปลี่ยนหรือผลัดกัน ❖ เล่นด้วย เลียนแบบ ช่วยทำ ❖ ถามว่า “จะเล่นกีรอบ” ❖ จัดเวลาเฉพาะที่จะเล่นอย่างนี้
❖ โวยวาย ไม่ยอม	❖ ขอโทษ แกล้งงง โทษตัวการ์ตูน
❖ ปฏิเสธ ไม่ยอมรับ	❖ ให้เพิ่มสิ่งของหรือการกระทำเพื่อให้เด็กพูดว่า “ไม่” ต่อไป ❖ ให้ตัวเลือกอื่น

❖ เปลี่ยนเรื่องพูดกะทันหัน	❖ ตื้อเอาคำตอบของประโยคก่อนหน้านี้ให้ได้ ❖ เตือนให้รู้ตัว
❖ กลัว วิตกกังวล	❖ ให้ความมั่นใจ ❖ แก้ไขในเชิงสัญลักษณ์
❖ แสดงออกทางกาย ตี ผลัก เตะ	❖ เตือน “ไม่” และช่วยให้เด็กกำกับตัวเองให้ได้ ❖ กำหนดขอบเขตและให้รางวัลเมื่อทำดี