



ถาม-ตอบ เรื่องพฤติกรรม

พฤติกรรมกรรมการกระตุ้นตัวเอง-แยกตัว-สนใจวัตถุมากกว่าคน

(ไปถึงพัฒนาการขั้นที่ 1-2 ติดขัด)

แม่ขวัญ

ลูกชายเดินพูดคนเดียวค่ะ โดยหยิบเอาบาทสนทนาที่อยู่ใน VCD หรือ โฆษณาทีวีมาพูดแบบเร็ว และรัวๆ อย่างนี้เรียกว่าการกระตุ้นตัวเองหรือเปล่านั้น ตอนนี้นำฟลอร์ไทม์มาได้ 2 สัปดาห์แล้วค่ะ เท่าที่สังเกตคือถ้าเค้าเล่นกับคุณแม่แบบสนุกๆ ถึงเนื้อถึงตัว ก็จะไม่พูดคนเดียว แต่ถ้านั่งปั้นแป้งโดว์หรือดูสมุดภาพกัน เค้าก็จะไม่สนใจว่าคุณแม่พูดอะไรค่ะ แต่จะพูดประโยคของตัวเองซ้ำไปซ้ำมา

ก่อนนอนก็จะเป็นเหมือนกันค่ะ จะนอนพูดอยู่คนเดียว คุณแม่เข้าไปนอนใกล้ๆ เพื่อกอดและแก้มอง พูดตามเค้าก็จะไม่สนใจแกมย้ายที่นอนไปนอนแยกตัวโดดเดี่ยว พูดคนเดียวต่อ คุณแม่ก็จะเข้าไปนอนด้วย แล้วก็ร้องเพลงที่เค้าชอบ เค้าก็ไม่เปิดช่องทางให้เลยค่ะ เค้าก็จะย้ายที่ไปอีกเรื่อยๆ จนกระทั่งอ่อนเพลียกันทั้งแม่และลูก กว่าจะได้นอนก็ตีสี่ห้าคะ จะทำอย่างไรดีคะ ให้เค้าลดพฤติกรรมพูดคนเดียว (งดทีวี ตั้งแต่ทราบว่ามันอยู่ในสเปกตรัมคะ)

กิงแก้ว

กติกามือลูกลูกแยกตัว มีอย่างเดียว คือเปลี่ยนสิ่งที่เขาทำอยู่เป็นทำกันสองคนให้ได้ ถ้าเขาพูดคนเดียว ให้เปลี่ยนเป็นการพูดด้วยกัน สมมุติว่าเขาพูดตามบท เราก็หาจังหวะพูดด้วย เขาจะหงุดหงิดมาก ประมาณเราไปรบกวณ ก็ไม่เป็นไร คงน่าเสียดายและสีหน้าที่สนุกและผ่อนคลายไว้

เหมือนเราเล่นเอาล้อเอาเถิดกัน ดักทางหนีที่ไล่กัน หรือแก้มองพูดตามสักพัก เราแก้มองพูดผิด เขาจะมองหน้า บางคนทำท่า "ของจะขึ้น" ไม่เป็นไร อย่างกลัวค่ะ

เวลาย้ายที่นอนก็เหมือนกัน แก้มองตามตื้อ เขาย้าย ก็ย้ายตาม อย่าถือเป็นการปฏิเสธ ถือว่าอย่างไรเสียเขาก็ตอบสนอง ดีกว่าไม่เห็นเราอยู่ในสายตา

ต้องใช้เวลาค่ะ บางคนเกือบเดือนหนึ่งคะ แล้วเวลาอื่น อย่าลืมนำสนุกๆ เพื่อซื้อใจกันด้วยนะคะ ไม่ทราบว่ามีแม่ขวัญเข้าอบรมคราวที่แล้วด้วยหรือเปล่า เราแสดงคลิปเกม "แม่กาหวงไข่" ซึ่งลูกพยายามปกป้อง เวลาแม่ทำท่าจะลูกล้ออาณัติกรของเขานะคะ

พี่น้องออมสิน

ช่วงนี้น้องออม ยังพูดสะเปะสะปะ คือ อยู่ติดๆกับเลขขึ้นมาเฉยๆ นับวนไปวนมาหลายรอบ เหมือนอยากจะทำแต่ไม่รู้จะพูดอะไร ผมเลยแก้โดย เวลาที่น้องออมเริ่มพูดสะเปะสะปะ ก็จะชวนให้เขาพูดในสิ่งที่อยู่ตรงหน้า หรือกิจกรรมที่ทำอยู่ หรือไม่ก็ชวนไปทำกิจกรรมอย่างอื่นแทน เช่น ชวนไปกินน้ำ กินขนม ชวนไปดูทีวี เพราะถ้าไม่ทำแบบนี้ น้องเขาก็จะพูดไม่หยุดเลยครับ

พอจะมีอะไรแนะนำได้ไหมครับ?



กึ่งแก้ว

การที่น้องเขาพูดเรื่องโน้นเรื่องนี้ออกมาเอง แสดงว่าเขามีความจำทางหูดี "จำได้ดี" ย่อมดีกว่า "จำไม่ได้" จริงไหมคะ

ที่นี้ตอนที่เขาพูดออกมาลอย ๆ คุณพ่อต้องดูต่อนั้นเขาสนใจคุณพ่อหรือเปล่า ถ้าไม่สนใจ ก็แกล้งพูดมั่วแข่งกับเขา ให้เขาหันมาสนใจ แล้วเล่นเสียงกัน เหมือนเวลาเราเล่นเอ้อ ๆ อ้า ๆ กับเด็กเล็ก ๆ

ถ้าตอนที่พูด เขาสนใจสื่อสารกับคุณพ่อด้วยน้ำเสียง สีหน้า ท่าทางกับคุณพ่อ คุณพ่อก็ "สวมรอย" คุยกับเขาไป ใช้คำไม่ถูกต้อง ก็ไม่เป็นไร ขอเพียงแสดงน้ำเสียง สีหน้า ท่าทาง ให้ตรงอารมณ์กับเขาก็พอ แบบเออออห่อหมกกันไป ไม่ทราบว่าเขาเข้าใจไหมคะ

นို့တ

อาการที่คุณพ่อน้องออมสินเล่ามา เมื่อก่อนน้องภูก็เป็นครับ เป็นทุกเรื่องที่คุณพ่อเล่ามาเลยครับ เช่น เรื่องที่ไปเดินห้าง ถ้าน้องภูเจอเครื่องชั่งน้ำหนักแบบหยอดเหรียญ น้องภูจะเดินเข้าไปเล่นทันที ถ้าผมอุ้มออกมา เขาก็ดิ้นอย่างแรง มีไวยวายด้วย น่าจะหนักกว่าน้องออมสินอยู่เหมือนกันนะครับ แต่พอได้รับคำแนะนำของอาจารย์ พอเจอสถานการณ์เดิมอีก ผมก็ใช้เวลาอยู่ตรงนั้นนานทีเดียว ซึ่งตอนนั้นน้องภูยังไม่พูดเลย น้องภูเข้าไปจับ ผมก็ไปนั่งของๆข้าง แล้วก็จับด้วย เขาก็มมมองข้างล่าง ผมก็ก้มตามไปมองด้วย เขาก็มองหน้าผม ชวนคุยตลอดเวลาที่เค้าอยู่กับเจ้าเครื่องชั่งน้ำหนักนั้น น้องภูชอบใช้มัย โหตรงนี้สวณะะ โอ้ ตรงนี้มันแปลกดิเนะ อ้อ น้องภูชอบสินี้ เอะ ทำไมมันมีตัวเลขด้วย อ้าว มันมีเสียงด้วย หลช

เค้าจับตรงไหน สนใจตรงไหน เราก็กินใจด้วยหมด **เค้าก็รู้สึกมีเราอยู่ด้วย ไม่ใช่มีแค่เค้ากับเครื่องชั่งน้ำหนักแค่สองคน**

แน่นอน คนที่เดินผ่านไปผ่านมาก็มีมองบ้าง แต่เค้าไม่รู้หรอก ว่าเรากำลังสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับลูกของเราเองอยู่

ส่วนเรื่องนับเลขลอยๆ น้องภูก็เป็นอยู่นานเหมือนกันครับ ก็อย่างที่อาจารย์แนะนำครับ เค้านับเราก็นับกับเค้า แกล้งนับแข่งหน้าเร็วๆ หรือแกล้งนับแล้วหยุด หรือไม่ก็นับไปพร้อมกับเค้าแบบเด็กๆเล่น

สนุกกัน เมื่อก่อน เวลาที่น้องภูไม่ได้ตั้งใจ แล้วหงุดหงิด ผมก็มักจะหาเรื่องเบี่ยงเบน เพื่อให้เค้าหาย
หงุดหงิดเร็วที่สุด ตอนหลังก็ไม่ค่อยเบี่ยงเบนแล้ว ถ้าเค้าหงุดหงิด แต่ไม่ทำร้ายตัวเองหรือคนอื่น ผมก็จะ
พยายามตรึงให้เค้าอยู่ในอารมณ์หงุดหงิด เพื่อให้เค้าได้เรียนรู้และควบคุมอารมณ์และการแสดงออกของ
ตัวเองไปด้วยใน

และแน่นอน ผมก็ได้เรียนรู้ที่จะควบคุมอารมณ์และการแสดงออกต่อลูกด้วยเช่นกันครับ



พฤติกรรมยัดยัด ช้าช้า (บ่งถึงพัฒนาการขั้น 4 ติดขัด)



แม่ฮ้วน

ลูกมีอาการเข้าข่ายแอสเพอร์เจอร์ค์ เค้าจะชอบดูหมูนร้านตัดผมมาก พูดถึงทุกวัน ถ้าถามเค้าว่าอยากไปไหน ก็บอกว่าไปดูหมูน เวลาร้องไห้งอแง พยายามหาเรื่องอื่นมาปลอบก็ไม้อยู่ ต้องมาจบลงที่หมูนๆ หน้าร้านตัดผม ถึงจะยอม เค้าจะอยากให้เราพาไปดูทุกวัน เวลาเล่นสมมุติอะไรเค้าก็จะชอบเล่นที่เกี่ยวกับร้านทำผม เพราะมีหมูน อย่างนี้เป็นต้น ควรจะทำยังไงดีคะ ที่จะลดพฤติกรรมเค้า เวลาเล่นสมมุติเพื่อให้เราเข้าไปอยู่ในโลกของเค้า ควรเล่นเรื่องหมูนกับเค้ารีเปล่า ตอนนี้ค่อนข้างสับสนมากคะ

คุณหมอจะแนะนำให้ค่อยๆ ลด ให้ดูได้ แต่ค่อยๆ ลด แต่ยังไม่เห็นทีท่าว่าจะลดลงเลยคะ ช่วยแนะนำวิธีปฏิบัติด้วยคะ

กิงแก้ว

ในสารบบของฟลอไรท์ไม่มีคำว่า "ปรับพฤติกรรม" อยู่ ๆ จะไปปรับไปลดพฤติกรรมบางอย่างของเด็ก เพียงเพราะเหตุผลว่า "แม่ไม่ชอบ" มันดูแปลก น่าขยหน้า เด็กคนอื่นเขาไม่ทำกัน

คุณแม่ทราบหรือยังว่าพฤติกรรมชอบของหมูนของลูก มันช่วยอะไรลูก มันเป็นกลไกที่ลูกใช้เพื่ออะไร เคยคิดไหมคะว่า เป็นไปได้ไหมที่ชีวิตของลูกอาจจะอยู่ได้ทุกวันนี้ เพราะได้ดูของหมูน

ข้อแรกที่น่าแนะนำคือพยายามทำความเข้าใจลูก และเข้าไปอยู่ในโลกของลูก พยายามเป็นเพื่อนสนิทกับลูกด้วยการแปลงร่างเป็นเด็กผู้ชายอีกคนหนึ่งที่น่าสนใจเรื่องเดียวกัน

พยายามผูกมิตร เล่นกับลูกให้สนุก พยายามชวนคุยถึงอารมณ์ และความรู้สึกของลูก ด้วยความเข้าใจ เพื่อให้แม่กลายเป็นที่พึ่งพาของลูก แทนที่ของหมูน

วันนี้ลูกยังต้องพึ่งพาของหมูนอยู่ อย่ารับร้อนทูป "หอยสังข์" ที่ลูกใช้ปกป้องตัวเอง จนกว่าลูกจะติดคุณแม่ ไร้วางใจคุณแม่มากกว่านี้

ข้อสอง ศึกษาเรื่องฟลอไรท์ให้เข้าใจ ด้วยการเข้าร่วมอบรม อ่านหนังสือ และบทความที่โพสต์ไว้ให้คะ

ข้อสาม ปรึกษานักกิจกรรมบำบัด เพื่อให้ประเมินระบบรับรู้ความรู้สึกและระบบสั่งการกล้ามเนื้อของลูก

กิ่งแก้ว

สำหรับแนวทาง DIR/ Floortime แล้ว เราถือว่าทุกพฤติกรรมของเด็กมีสาเหตุเสมอ เราจึงไม่กัมนำแก้พฤติกรรมที่ "เราคิดว่าแปลก" เหล่านี้ อันเป็นการแก้ปัญหาที่ปลายเหตุ ซึ่งไม่ยั่งยืน หากต้นตอของปัญหาไม่ได้รับการแก้ไข

ต้นตอที่ว่าเป็นพัฒนาการที่บกพร่อง เนื่องจากข้อติดขัดในสมองของเขา ไม่ว่าจะเป็น การรับรู้สิ่งเร้า การทำความเข้าใจกับสิ่งที่มองเห็น ได้ยิน สัมผัส ชุขุ และการแสดงเจตจำนงของเด็ก ข้อติดขัดดังกล่าว ทำให้พัฒนาการบกพร่อง โดยเฉพาะระดับ 4 ทำให้การแก้ปัญหาของเด็กไม่หลากหลาย ต้องทำอะไรซ้ำซาก

แต่ถึงแม้ว่าเราจะมั่นใจว่าปัญหาดังกล่าวจะแก้ไขได้ โดยการทำให้พื้นฐานพัฒนาการให้แน่น เราก็ยังไม่สามารถทำให้ผู้ปกครองที่เพิ่งเริ่มทำฟลอร์ไทม์ "เชื่อ" และลงมือแก้ปัญหาที่พื้นฐานจริง ๆ

หลายคนยังทำให้เชื่อไม่ได้ กลัวโน่นกลัวนี่ จึงยังคงเอาเป็นเอาตายกับการพยายาม "ห้าม" หรือเบี่ยงเบนพฤติกรรมดังกล่าวของลูกให้ได้ เท่ากับเป็นการ "ฟลอร์ไทม์แบบตามใจฉันเอง" ซึ่งผิดหลักการของฟลอร์ไทม์ จะส่งผลเสียต่อสัมพันธภาพมากยิ่งขึ้น ก็เลยรบกวนขอประสบการณ์ของท่านผู้ปกครองที่นำพาลูกผ่านจุดนี้ไปแล้ว มาช่วยแลกเปลี่ยนประสบการณ์ด้วยค่ะ

Ma_ann

เมื่อก่อนตอนลูกอายุประมาณ 4 ขวบ เริ่มรู้จัก Floortime ประมาณ 6 เดือน ลูกมีพฤติกรรมยึดติด ต้องทำอะไรเป็นแพทเทิร์นมาก เช่น ต้องเป็นคนเปิดปิดไฟเองทุกครั้งเวลาเข้า หรือออกจากบ้าน ก่อนเข้านอนต้องเปิดไฟหัวเตียงก่อน แล้วเปิดไฟกลางห้อง แล้วปิดไฟกลางห้อง แล้วปิดไฟหัวเตียง แล้วเปิดไฟหัวเตียงอีกที จากนั้นก็เอาตุ๊กตาไปเข้านอนในตู้ แล้วอ่านนิทาน (ต้องไปยืมดูจากบ้านที่กเดิม)

นั่งรถไปข้างนอกเวลาจะกลับต้องขึ้นรถพร้อมพ่อ ไม่ว่าฝนจะตก แดดจะร้อน รถจะจอดไกลขนาดไหนก็ต้องขึ้นพร้อมกัน พ่อจะไปขับรถมาก่อน ไม่ได้เด็ดขาด ร้องกันเป็น 1/2 ชม.จนชาวบ้านแตกตื่น

พอรู้จัก Floortime อาจารย์บอกให้ยื้อก็ยื้อต่อรองกันไป ช่วงแรกเครียดค่ะ เพราะหวังผลอยากจะให้พฤติกรรมดังกล่าวหายเร็วๆ

ตอนหลังต้องเปลี่ยนจุดยืน ว่ายื้อเพื่อให้ได้พูดคุยกันยาวนานต่อเนื่องหวังผลที่จำนวนรอบของการต่อรอง มีความสุขกับจำนวนรอบของการสนทนาที่เพิ่มขึ้น และเมื่อลูกยังยืนยันทำเหมือนเดิม เราก็ได้ใส่สีหน้า ภาษาท่าทางผิดหวังให้ลูกได้เห็น เช่น " ้ว ต้องเดินไปขึ้นรถตั้งไกลนะ ร้อนก็ร้อน แม่ไม่ชอบเลย " หรือ " ง่วงจะแยแล้วนะ ปิดไฟนอนเลยไม่ได้เหรอ " หรือ "โห เช็งเลย แมก็ชอบเป็นคนปิดไฟเหมือนกันนะ "

เรื่องที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้เมื่อไรก็เมื่อนั้นแล้วกัน (แต่มั่นใจเถอะค่ะว่าเมื่อเราสม่ำเสมอ จะมีการเปลี่ยนแปลงให้เราได้เห็น) เมื่อลูกได้ ความยึดหยุ่นก็จะตามมาในอีกหลายๆเรื่องค่ะ

แม่พี่ฟิล์ม

เมื่อลูกพูดคนเดียวในเรื่องไม่ตรงกับปัจจุบัน อยู่ๆ ก็พูดขึ้นมาซ้ำๆ เช่น คำว่า วัด, ถามซ้ำๆ เป็น 10 รอบ ในหนึ่งวัน เช่น จังหวัดเชียงใหม่อยู่ไกลมั๊ย? ตอบแล้วก็ถามอีกเกือบทุกวันจะทำไมยังไรดี ?

คำถามก็คือ เด็กอายุ 15 ปี อยู่ม.1 ใช้ FLOORTIME ฝึกได้มั๊ย (อ่านเขียนดีพอใช้แต่ยังไม่มีความเข้าใจในทักษะการอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมต้องคุมอยู่ตลอดเวลา)

น็อต

ถ้าคุณแม่ศึกษาฟลอไรท์มาจนเข้าใจมากแล้ว น่าจะประเมินน้องฟิล์มเองได้ว่าน้องเค้าติดขัด หรือ มีพัฒนาการที่ไม่เต็มที่ขั้นไหนบ้าง จะได้ให้ฟลอไรท์ช่วยแก้ไขได้ตรงจุดมากขึ้นครับ

กิงแก้ว

ตอบเรื่องถามซ้ำ **ถึงแม้ว่าจะยังไม่ทราบว่าเขาถามซ้ำเพราะอะไร ก็ให้เข้าไปในโลกแห่งคำถามของเขา**ก่อนค่ะ "เชียงใหม่อยู่ไกลไหม" แม่ตอบ "อยู่ไกลมาก" ถ้าเขาเปลี่ยนไปถามเรื่องอื่น ให้ดึงกลับมาเรื่องเดิม "ไกลมาก แล้วเดินไหวไหม" "ถ้าไกล จะเดินไปกันไหม" "คิดว่ากี่วันจะเดินถึง" "จะไปทำอะไรที่เชียงใหม่" "แล้วทำอะไรอีก"

หากเขาเปลี่ยนเรื่องไม่ตอบคำถามของคุณแม่ ให้สะกิด ใช้น้ำเสียงสีหน้าท่าทางที่แสดงว่าอยากรู้จริง ๆ "เดี๋ยว ตอบหน่อย ยังไม่ตอบแม่เลย"

หากคุณแม่สนใจเรื่องฟลอไรท์จริง ๆ ก็ต้องฝึกหลักศึกษาอย่างจริงจัง แล้วต้องแก้ความเคยชินของตัวเองให้มากค่ะ เพราะผู้ปกครองที่ใช้วิธีการเดิมมักจะติดที่จะ "สอนและสั่ง" ค่ะ

จะเห็นว่าคำถามข้างต้น เป็นคำตอบที่คุณแม่ไม่รู้คำตอบ ไม่ได้ถามจากความจำ เราไม่ถามว่า เชียงใหม่อยู่ภาคไหน มีสถานที่สำคัญอะไรบ้างนะค่ะ คำถามของเราเน้นการคิด ตอนเริ่มฟลอไรท์

หาช่องทางเล่นสนุกกับลูกด้วยค่ะ

แม่น้องกลอง

อาจารย์คะ ลูกก็ชอบถามซ้ำๆค่ะ พอใช้วิธีแบบอาจารย์ตามหนังสือว่า จะถามอีกกี่รอบ หรือ ถามบ่อยเพราะกลัวไม่ได้ไปเที่ยวรีเปลา ทำนองนี้ ปรากฏว่า ลูกจะบอกว่าอีก 2 รอบ แล้วเขาก็เปลี่ยน แนวคำถามใหม่ แต่ลักษณะเป็นเรื่องเก่าๆ หรือไม่ก็ตอบว่า กลัวไม่ได้ไป แล้วจะพาเขาไปไหม ต่อไปอีกค่ะ อีกรายคือพอเราใส่ลูกตุ้ม ลูกก็รู้มุขแม่แล้วค่ะ เขาจะเบรกรเราทันทีว่า แม่ไม่ถามได้ไหม

เขาไม่ไห้แม่ถาม ใให้แม่ตอบเขาอย่างเดียว เอาละสิคะ อาจารย์ว่าจะแก้งังโง่ดี คือมันเหมือนไก่เห็นตีนงู งูเห็นนมไก่ นะคะ (หลายเรื่องแล้วค่ะ) ปรกวนอาจารย์ด้วยนะคะ ชอบคุณมากคะ

กึ่งแก้ว

เป้าหมายไม่ได้อยู่ที่ "ผลลัพธ์" คือให้ลูกเลิกถามซ้ำซาก แต่อยู่ที่ "กระบวนการ" โต้ตอบ แลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน คุณแม่ต้องพยายามหามาโต้ตอบให้ได้ เช่น ทำไมลูกถามได้ ทำไมแม่ถามไม่ได้ ถามคำถามเดียวได้หรือเปล่า แถมอีกคำถามได้ไหม ตอบแม่ก่อน เดียวแม่ตอบลูก ผลัดกันบ้างสิ เป็นต้น

แน่นอน เรื่องที่จะให้ลูกตอบแม่นั้น เป็นเรื่องยากของลูก เพราะไม่เคยตอบมาก่อน เขาเคยแต่ถามซ้ำ ๆ การถามเรื่องเก่าจึงเป็นเรื่องง่ายของลูก (เพราะว่าไม่ต้องใช้ความคิด)

ลูกจึงมักจะหงุดหงิดเพราะต้องคิด และต้องพบกับเรื่องที่คาดเดาไม่ได้ ว่าแม่จะถามเรื่องอะไร ดังนั้น...คุณแม่จึงต้องปรับเปลี่ยนที่ทำให้สนุก ไม่คาดคั้น พยายามเจาะแจะกับลูกให้ได้ เมื่อสนิทกันแล้วโต้ตอบกันได้แล้ว สักพัก (อาจจะป็นเดือน) ผลลัพธ์คือลูกถามน้อยลง จะตามมาเองคะ

