



## จากผู้ปกครองถึงผู้ปกครอง

บทความต่อไปนี้จะเกิดเนื่องจากดิฉันสังเกตเห็นว่าผู้ปกครองที่เข้ามาในเว็บไซต์ใหม่ ๆ มักจะสับสนและเริ่มต้นไม่ถูก เพราะบทความที่เตรียมไว้ให้ นั้น "มากเกินไป" สำหรับผู้เริ่มต้นใหม่ ส่วนคำแนะนำสำหรับผู้เริ่มต้นใหม่ของดิฉันก็น้อยจนเกินไป และดิฉันบังเอิญไปพบบทความซึ่งดูว่าเหมาะสำหรับผู้เริ่มต้นใหม่ ๆ แต่การแปลตรง ๆ จากอังกฤษมาเป็นไทยก็ดูจะไม่ค่อยเหมาะสม น่าจะต้องผสมผสานกับประสบการณ์ของผู้ปกครองไทยด้วย (<http://www.floortimerepository.com/Wpage/home-program-guide>)

ดิฉันจึงขอร้องให้คุณ Krongkan ช่วย "แปลและแปลง" บทความนี้ เพื่อเป็นประโยชน์แก่ผู้ที่เพิ่งเข้ามาศึกษาฟลอร์ไทม์ใหม่ ๆ พอดีพี่น้องแอมแตมสนใจจะช่วยอีกคน ภายในเวลาไม่นาน ก็ได้ผลงานชิ้นนี้ออกมา ก็ต้องขอบคุณทั้งสองท่านแทนผู้ปกครองท่านอื่นด้วยค่ะ

กิ่งแก้ว



### ก่อนรู้จักฟลอร์ไทม์

ก่อนจะเริ่มบทความนี้ คงต้องบอกกล่าวกันก่อนว่าดิฉันเป็นแม่ที่โชคดีที่มีโอกาสได้ใช้ฟลอร์ไทม์กับตัวเองและลูกชาย 3 คน ที่มีอายุ 8 ขวบ 5 ขวบ และ 3 ขวบ ตอนเริ่มต้นนั้นดิฉันเริ่มใช้กับลูกชายคนกลาง ขณะนั้นเขามีอายุ 4 ขวบ 4 เดือน ลูกมักตีหัวและโขกหัวตัวเองเมื่อมีอาการโกรธ จริงๆ แล้วเขาเริ่มตีหัวโขกหัวตัวเองตั้งแต่อายุ 2 ขวบ ตอนนั้นคิดว่าคงเป็นเพราะเข้าสู่วัยต่อต้าน และเมื่อภาษาไม่ดี เขาก็อึดอัดคับข้องใจ เลยแสดงออกด้วยการทำร้ายตัวเอง ก่อนหน้านั้นเป็นเด็กอารมณ์ดี เลี้ยงง่าย แต่เวลาที่จ้องมองอะไรหรือสนใจอะไรอยู่ เขาจะอยู่กับสิ่งนั้นได้นาน ก็นึกว่าเขาสมาธิดี เขาเป็นเด็กความจำดี และเป็นตัวของตัวเองสูง คือจะเอาอะไรต้องเอาให้ได้ แต่ภาษาพูดไม่ดีเลย ความสามารถในการพูดและความเข้าใจต่ำกว่าอายุจริงมากนัก ภาษากายลูกไม่ชัด สบตาน้อย พูดได้น้อย ฟังอะไรไม่ค่อยเข้าใจ ตอนนั้นดิฉันนึกว่าเดี๋ยวก็คงจะพร้อมเอง



ดิฉันเองสงสัยอยู่ตลอดเวลาว่า ลูกเป็นอะไรหรือมีอะไรผิดปกติหรือไม่ แต่คนรอบข้างมักบอกว่าเดี๋ยวเขาก็พร้อมเอง มาถึงตอนนี้ เมื่อนึกถึงคราวใดก็จะอดตำหนิตัวเองไม่ได้สักที มีอะไรตั้งหลายอย่างที่เขแสดงออกมาให้รู้ว่าเขาต้องการความช่วยเหลือ เรามองเห็น แต่เราก็เขลาเกินกว่าจะรู้ว่า นั่นคือสัญญาณขอความช่วยเหลือ เช่น 2 ขวบแล้วเขายังหมุนลูกบิดประตูเปิดไม่ได้ ในขณะที่พี่ชายของเขาทำได้ตั้งแต่วัยขวบว่า "คนเราไม่ควรเปรียบเทียบกัน" ดิฉันได้แต่บอกตัวเองอย่างนั้น แต่ใจจริงแล้ว ดิฉันไม่เคยยอมรับสิ่งนั้นอย่างแท้จริง นอกจากไม่ยอมรับแล้ว ยังคาดหวังให้เขากำหนดมันได้เหมือนพี่ จนกลายเป็นความกดดัน เมื่อกดดัน ลูกชายตัวน้อยที่พูดไม่ออกบอกไม่ถูก ทำอะไรไม่ได้ ก็ถูกตำหนิ ดูว่า แม้กระทั่งถูกตี ความอึดอัดคับข้องใจก็ยิ่งทวีมากขึ้น กลายเป็นเด็กที่เลี้ยงยาก ไม่สามารถจัดการกับอารมณ์ของตัวเองได้ และแสดงออก

ด้วยการทำร้ายตัวเอง สบตาน้อยลง และดิฉันไม่เคยสังเกตเลยว่าภาษากายของลูกไม่ชัดเจน เหตุการณ์ยิ่งเลวร้ายลงเมื่อดิฉันคลอดน้องคนที่ 3 การดูแลเอาใจใส่ถูกทุ่มเทไปให้น้องเล็ก จากลูกที่เคยติดแม่ ผูกพันกับแม่มาก กลับต้องถูกน้องมาแทนที่ จากที่ต้องนอนกอดแม่ทุกคืน กลายเป็นน้องแทน ดิฉันเองบอกกับตัวเองว่ายังไงก็ต้องใส่ใจเขาถึงแม้ว่าเขาจะเริ่มรู้เรื่องแล้ว แต่น้องยังไม่รู้ แต่นั่นเป็นแค่การบอกการเตือนด้วยลมปากลมกระซิบ ไม่ได้เป็นเริ่มทำอะไร คิดอะไรอย่างจริงจังเลย ทุกอย่างยังคงเป็นเช่นเดิม ปัญหาของลูกรุมเร้าพอกพูนโดยที่ดิฉันไม่ได้รู้ตัวเลยว่าเป็นต้นเหตุ จนเกือบยากจะแก้ไข จนหนึ่งเขาเริ่มมีอาการตาเหลือกลอยเวลาโกรธจัด ซึ่งเป็นอาการที่ดิฉันเริ่มกลัว และบอกตัวเองว่าอยู่นิ่งไม่ได้แล้ว



ความน่ากลัวของเหตุการณ์นี้ คือการที่พ่อแม่เองนั้นไม่รู้ว่าจะลูกป่วย ต้องการความช่วยเหลือ ไม่รู้ว่าสิ่งที่พ่อแม่เป็นและทำนั้น ยิ่งทำให้ปัญหาของลูกเลวร้ายยิ่งขึ้น เราได้แต่บอกตัวเองให้รอเวลาที่ลูกจะพร้อม **เราไม่รู้เลยว่าเขาจะไม่มีวันพร้อม ถ้าเราเองยังไม่เคยมองเห็นปัญหาและแก้ไขช่วยเหลือ เราไม่เคยมองเห็นในสิ่งที่เขาเป็นและยอมรับกับสิ่งนั้นอย่างหมดหัวใจ** ขณะนั้นดิฉันยังใช้ชีวิตอยู่ในวงจรแห่งการทำลาย เมื่อลูกทำไม่ได้ด้วยเหตุผลใดก็ตาม และถูกตำหนิ ด้วยความไม่เข้าใจ ลูกก็ถดถอย ความมั่นใจก็ถูกทำลาย ก็ยิ่งทำไม่ได้ ก็ยิ่งถูกตำหนิ ก็ยิ่งถดถอยลงเรื่อยๆ วนเวียนเป็นอย่างนั้น ไม่จบสิ้น



## ฟลอร์ไทม์ที่ใช้ ถูกต้องหรือไม่

เหตุการณ์ที่เป็นเหมือนการตัดเชือกให้ดิฉันเริ่มก้าวเดินสู่เส้นทางใหม่ คือวันที่พาลูกไปพบแพทย์ ครั้งแรกแพทย์ยังไม่วินิจฉัย เพราะลูกผูกพันกับแม่มาก แต่ผลการประเมินของแพทย์ บอกให้ทราบว่าคุณยังมีพัฒนาการที่ต่ำกว่าอายุจริงมาก วันนั้นแพทย์ประเมินว่าคุณมีพัฒนาการเท่าเด็กอายุ 1 ขวบกว่าๆ และแนะนำให้ฝึกฟลอร์ไทม์และ OT



นั่นเป็นครั้งแรกที่ดิฉันได้ยินชื่อทั้ง 2 ชื่อนี้ คุณหมอแนะนำให้ดิฉันหาซื้อหนังสือ “ช่วยให้ลูกอยู่ดีและอยู่ดี ด้วยฟลอร์ไทม์” และอ่านเรื่องเด็กทุกคนล้วนแตกต่างกัน แต่ดิฉันก็อ่านชื่อทั้งหมดทุกเล่ม และตีความทุกแผ่น ด้วยคิดว่าดิฉันต้องรู้ข้อมูลให้มากที่สุด เพื่อจะได้รู้ว่าต้องทำอะไรกับลูกบ้าง แต่ทำไม่ได้แนะนำหลักการที่สำคัญของฟลอร์ไทม์ โดยที่ท่านก็ได้ออกตัวแล้วว่า ยังไม่ค่อยเข้าใจฟลอร์ไทม์เท่าไร ในวันนั้นท่านส่งให้ประเมิน Motor Planning และ Sensory Processing ที่อีกสถานที่แห่งหนึ่ง ผลการประเมินออกมาพบว่าลูกนั้นมีปัญหาการประมวลข้อมูลผ่านการได้ยิน และมีปัญหาการวางแผนสั่งการกล้ามเนื้อ แต่ไม่มีปัญหาการมอง



นักกิจกรรมบำบัดที่ประเมินแนะนำให้ลูกฝึก SI 3 ครั้งต่อสัปดาห์ และการศึกษาพิเศษอีก 1 ครั้งต่อสัปดาห์ แต่ไม่มีชื่อฟลอร์ไทม์จากที่นั่น ด้วยความมึนงงและไม่รู้ว่าอะไรควรต้องเป็นเช่นไร ดิฉันเลือกที่จะทำตามที่คุณหมอบอกท่านแรกแนะนำ ด้วยการเริ่มฝึกฟลอร์ไทม์ที่โรงพยาบาลแห่งนั้น ดิฉันก็หมั่นหมั่นตามฝึกฟลอร์ไทม์ที่โรงพยาบาลแห่งนั้นสัปดาห์ละ 1 ครั้ง รวมทั้งฝึก SI เพิ่ม ด้วยตามที่คุณหมอเคยแนะนำให้ไว้ การเริ่มฝึก SI ที่นี้ ทำให้ดิฉันรู้เพิ่มขึ้นว่า ลูกมีปัญหากล้ามเนื้อมัดใหญ่และมัดเล็กไม่แข็งแรง การไป

ฝึกฟลอร์ไทม์ที่นั่นโดยที่ดิฉันเองไม่ได้เข้าใจหลักการเลย ข้ายังไม่รู้ด้วยว่าต้องเข้าใจอะไร สิ่งที่ได้คือจากการอ่านหนังสือและทำตาม แต่นั่นไม่เพียงพอที่จะทำให้ดิฉันเข้าใจ **ทุกครั้ง**ที่ไปฝึกจึงขอแต่คำแนะนำสำหรับพฤติกรรมของลูกที่ดิฉันไม่ชอบ และครูฝึกก็จะแนะนำให้ทำอย่างนั้นอย่างนี้อยู่ทุกที่ทุกไป แต่นั่นไม่เคยทำให้พฤติกรรมเหล่านั้นของลูกหายไปเลย แต่สิ่งที่ยังคงทำให้ดิฉันพาลูกไปฝึกอยู่ ก็คือความใจเย็นของครูฝึก ลูกก้าวหน้าขึ้น สดใสนิ่งและสนุกสนานขึ้นพอสมควร แต่เมื่อดิฉันเริ่มหาหลักยึดเพื่อจะ “เดินต่อเอง” ดิฉันกลับไม่พบอะไรเลย ทุกครั้งที่ไปพบครูฝึก ดิฉันจึงเริ่มตั้งคำถามที่ไม่เข้าใจจากการอ่านหนังสือกับครูฝึก แต่คำตอบที่ได้ไม่ตรงกับที่หนังสือเขียนไว้ ดิฉันจึงเกิดคำถามกับตัวเองเสมอว่า **“สิ่งใดคือใช่และสิ่งใดคือไม่ใช่”** ประกอบกับครั้งล่าสุดของการฝึก SI ครูฝึกจับหน้าลูกให้หันมามอง ซึ่งเหตุการณ์นั้นกระตุ้นความรู้สึกของดิฉันอย่างแรง ยอมรับอย่างเต็มปากเลยว่า ดิฉันไม่ชอบวิธีการนั้นเลย นั่นคือเวลาที่ดิฉันคิดว่าต้องออกเดินทางค้นหาอีกครั้ง



ดิฉันเสียเวลาอันมีค่าไป 6 เดือนเต็มๆ แต่ทุกอย่างล้วนมีเหตุปัจจัย เพียง 3 วันหลังจากที่ลูกไปพบแพทย์ ดิฉันก็ได้รับข่าวร้ายอีกข่าวว่า คุณพ่อเป็นมะเร็งระยะแพร่กระจาย ครั้งนั้นพัฒนาการของดิฉันหล่นลงไปอยู่ระดับต่ำกว่าศูนย์ ในฐานะแม่ก็ต้องดูแลรักษาลูกอย่างสุดความสามารถ และในฐานะลูก ดิฉันก็ต้องการที่จะทำหน้าที่ลูกที่ดีในวาระสุดท้ายของชีวิตพ่ออย่างสุดความสามารถเช่นกัน ยอมรับว่านั่นเป็นช่วงเวลาที่ย่ำแย่ที่สุดในชีวิตของดิฉันก็ได้



หากมองย้อนกลับไปในวันนั้น สิ่งที่ทำให้ดิฉันนึกคิดได้และเริ่มต้นค้นหาอีกครั้ง คงเป็นเพราะปัญหาใหญ่เรื่องพ่อนั้นคลี่คลายลง แม้จะเป็นเส้นทางแสนธรรมดาที่ทุกชีวิตต้องเดินผ่าน แต่ในฐานะของลูกสาวที่อยู่ไกล ดิฉันใช้เวลาทุกที่ใจพอสมควร แต่เมื่อเวลาผ่านชีวิตต้องดำเนิน ลูกตัวน้อยก็รอคอยเราอยู่ ดิฉันจึงหันกลับมาใช้เวลาคิดเรื่องลูกอย่างจริงจัง จังๆ เมื่อใจนิ่งขึ้นจึงมีสติมากขึ้นพอที่จะคิดวิเคราะห์ว่าสิ่งใดใช่สิ่งใดไม่ใช่ นั่นคือจุดเริ่มต้นของการเข้ามาปรึกษาในเวปแห่งนี้



แต่ไม่ว่าจะอย่างไร ดิฉันก็ต้องขอบคุณคุณแพทย์ท่านแรกที่แนะนำให้รู้จักฟลอร์ไทม์ ผู้เปรียบเสมือนผู้ชี้ช่องทางให้ และครูฝึกทั้ง 2 ท่านที่แนะนำให้รู้จักการฝึกต่างๆ ที่ดิฉันได้นำมาปรับใช้กับลูกในลำดับต่อมา



## หลักการฟลอร์ไทม์

จุดประสงค์ที่ดิฉันเขียนบทความนี้ ก็เพื่อช่วยผู้ปกครองที่เพิ่งเริ่มต้นเรียนรู้ฟลอร์ไทม์และตั้งใจจะทำให้เป็นการทำฟลอร์ไทม์ที่บ้านโดยพ่อแม่ผู้ปกครองที่ใกล้ชิด โดยมีทีมงานร่วมสนับสนุน เพื่อให้ทางเดินนั้นง่ายขึ้น สั้นขึ้น และประสบผลสำเร็จเร็วขึ้น



**ฟลอร์ไทม์** เป็นช่วงเวลาสนุกสนานที่พ่อแม่ใช้กับลูก โดยเปิดโอกาสให้ลูกเป็นผู้นำการเล่นทุกอย่างสนุกไปด้วยกัน ลูกจะไปไหน พ่อแม่จะตามโดยไม่มีข้อแม้ ไม่คาดหวัง ตามไปสนุกไปหัวเราะด้วยกัน ก่อนที่จะขยายไปสู่ทักษะการสื่อสาร และการคิดต่อไป โดยเข้าใจความแตกต่างของระบบประสาทของลูก (นั่นคือความเข้าใจว่าเด็กๆ นั้นมีการรับรู้ที่แตกต่าง และหาข้อมูลความแตกต่างนั้นเพื่อหาช่องทางที่จะเข้าใจว่าลูก

เห็นอย่างไร ฟังอย่างไร เรียนรู้อย่างไร และวางแผนสั่งการกล่อมเนื้ออย่างไรกับผู้คนหรือแม่กระทิงกับของเล่นอย่างไร)



ในขณะที่อ่านคำแนะนำนี้ ฟังระลึกไว้ว่าเด็กออกัสซิมและเด็กกลุ่มที่มีปัญหาความสัมพันธ์และการสื่อสารนั้นเป็นเพียงเด็กอีกกลุ่มที่มีความสนใจ มีจุดเด่นและจุดด้อยที่แตกต่างเท่านั้นเอง เพราะนั่นสำคัญมากสำหรับการปรับโปรแกรมให้เหมาะสมกับลูกของคุณ ซึ่งมีระบบรับรู้และรูปแบบการเรียนรู้ที่เฉพาะตัวของเขา เราหวังว่าคำแนะนำของเรา จะช่วยให้คุณมองและจินตนาการออก เมื่อคุณเริ่มที่จะคิดถึงว่าอะไรที่ลูกของคุณสนใจ **ไม่มีใครรู้จักลูกของคุณดีเท่าตัวคุณเอง**

จุดประสงค์ที่เขียนคำแนะนำนี้ขึ้นมา ก็เพื่อเพิ่มความใส่ใจต่อลูกของคุณด้วยการ



- เรียนรู้หลักการว่าจะเริ่มต้นอย่างไรและจะส่งเสริมต่ออย่างไร
- อ่านเพื่อรับรู้ว่าครอบครัวอื่นๆ เขาปรับใช้หลักการกับลูกของเขา ครอบครัวและสภาพแวดล้อมที่บ้านอย่างไร
- ตระหนักว่าการที่คุณยอมให้ลูกเป็นผู้นำนั้น มีเป้าหมายเพื่อทำให้คุณสามารถช่วยให้ลูกของคุณได้ระดับพัฒนาการขึ้นมาตามขั้นตามตอน
- รับฟังจากหลายๆ ครอบครัวที่ต้องการให้คุณได้รู้ว่าไม่มีวิธีที่ "สำเร็จรูป" คุณหมอกรินสแบนได้กล่าวไว้ว่า "รูปแบบพัฒนาที่ถูกต้องแบบมาสำหรับเด็กคนใด ก็เหมาะสมสำหรับเด็กคนนั้นเท่านั้น"
- การออกแบบการเลี้ยงดูลูกของคุณนั้นต้องคำนึงถึงช่องทางที่เหมาะสมตรงความต้องการของเขา รวมทั้งระบบรับรู้และสัมพันธ์ภายในครอบครัวของคุณ ซึ่งสิ่งเหล่านี้คือกุญแจสำคัญสำหรับการทำฟลอร์ไทม์

ดิฉันเพียงหวังจะช่วยให้คุณสามารถออกแบบการเลี้ยงดูลูก รวมทั้งช่วยให้ลูกก้าวหน้าขึ้นตามระดับขั้นพัฒนาการที่สูงขึ้นต่อไป



## ทำไมต้องใช้ฟลอร์ไทม์

สำหรับดิฉัน ฟลอร์ไทม์คือกุญแจสำคัญที่ทำให้เรารู้จักและเข้าใจลูกอย่างแท้จริง รู้และเข้าใจว่าลูกนั้นแท้จริงแล้วเขาเพียงแค่แตกต่าง ซึ่งเราเองทุกคนก็แตกต่างกันอยู่แล้ว เพียงแต่ลูกของเราอาจจะแตกต่างมากเกินไปหน่อย ก็เท่านั้นเอง และยังต้องรู้สึกไปอีกว่าสิ่งที่เขาแตกต่างนั้นคืออะไร ทั้งระบบการรับรู้ การสั่งการกล่อมเนื้อ มิติสัมพันธ์ ความแข็งแรงทนทานของกล้ามเนื้อทุกส่วน หมายถึงไปถึงช่อง



## ทางการเรียนรู้



สิ่งที่ทำให้ฟลอร์ใหม่ทรงคุณค่าที่สุดคือ ความเข้าใจ และการตระหนักรู้ เมื่อคุณใช้ฟลอร์ใหม่ในการช่วยพัฒนาลูกให้โตขึ้นได้พัฒนาการ คุณจะเป็นผู้เชี่ยวชาญในการพัฒนาอารมณ์ และตระหนักรู้ในความสามารถในการเรียนรู้ของลูก ความสามารถที่จะพัฒนาการสั่งการกล้ามเนื้อและมิติสัมพันธ์ และที่สำคัญช่องทางหลักที่ลูกใช้ในการรับรู้ข้อมูลและใช้ข้อมูลทั้งหมด ฉะนั้นจึงขอแนะนำให้อ่านและทำความเข้าใจกับพัฒนาการอันเป็นปกติ และระบบการรับรู้ที่แตกต่าง เพื่อทำความเข้าใจในระบที่แตกต่างของลูกก่อน



## เข้าใจลูกคนพิเศษของคุณ

คุณหมอกรินสแปงกล่าวว่ เด็กส่วนใหญ่มีเวลาตื่นเฉลี่ย 98 ชม. ต่อสัปดาห์ นั้นหมายความว่าเด็กจะตื่นตัวอยู่ประมาณ 90 ชม. ต่อสัปดาห์ และยังมีให้เห็นถึงสิ่งที่จะเกิดขึ้น หากคุณใช้เวลาอันมีค่าอยู่กับลูก เพื่อกระตุ้นพัฒนาการบนพื้นฐานการเล่นได้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ ซึ่งหน้าที่นี้เป็นของพ่อแม่โดยตรง เพราะไม่มีใครรู้จักลูกและใช้เวลาอยู่กับลูกได้ดีกว่าพ่อแม่ สำหรับดิฉัน ไม่มีการลงทุนใดจะให้ผลคุ้มค่าไปกว่าการลงทุนมือลงแรงในเรื่องนี้แล้ว ทั้งนี้คงต้องบอกให้พ่อแม่ลงมือลงแรงทำกันเอง อย่าปล่อยให้เป็นที่ของนักบำบัด เพราะพ่อแม่คือนักบำบัดที่ดีที่สุด เราคงไม่อาจปฏิเสธได้ว่าพ่อแม่ที่รู้จักลูกของตัวเองดีที่สุด รวมทั้งแท้จริงแล้วพ่อแม่และลูกเองก็คือเพื่อนแท้ของกันและกัน

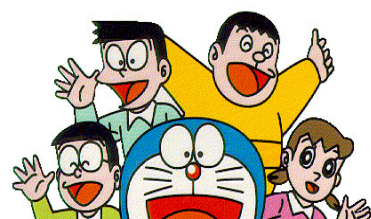
ในการทำฟลอร์ใหม่ คุณต้องมีสัมพันธ์ภาพที่ดีกับลูก และต้องระลึกไว้ว่าแรงจูงใจของลูกนั้นเป็นพลังงานสำหรับการเติบโตเรียนรู้ และคนที่จะทำให้ลูกมีแรงจูงใจที่จะมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมมากที่สุดก็คือพ่อแม่ตนเอง ฉะนั้นจึงทำตัวให้เป็นนักเรียนอยู่เสมอ ศึกษาหาความรู้ พุดคุยแลกเปลี่ยนกับพ่อแม่ท่านศึกษาข้อมูลตัวอย่างจากแหล่งข้อมูลอื่น และที่สำคัญคือ “เดินให้ตรงทาง”



## เตรียมพร้อมสำหรับการประเมิน

เมื่อได้รับคำแนะนำให้ไปประเมิน ดิฉันแนะนำให้ตั้งหลักในเรื่องฟลอร์ใหม่ให้ได้สักระยะก่อน เพื่อทำความเข้าใจในหลักการและเพื่อให้แนวทางการประเมินและวางแผนการรักษาบนพื้นฐานของฟลอร์ใหม่นั้นถูกต้อง ซึ่งจะส่งผลให้ลูกก้าวหน้าเร็ว แพทย์ที่ปรึกษาควรเป็นแพทย์ที่เข้าใจหลักการฟลอร์ใหม่ และสามารถแนะนำและให้ข้อมูลเชิงปฏิบัติ เช่น “ลูกมีพฤติกรรมเช่นนี้เพราะยังติดขัดอยู่ในขั้นพัฒนาการใด และจะอย่างไรให้ลูกมีพัฒนาการที่ก้าวหน้าขึ้น” รวมทั้งสามารถแนะนำให้คุณพัฒนาเทคนิควิธีการ แนะนำแหล่งข้อมูลอื่นๆ รวมทั้งเข้าใจว่าในห้องประเมินหรือห้องแพทย์นั้น ลูกอาจไม่สามารถแสดงศักยภาพของเขาออกมาได้เต็มที่ ซึ่งจะทำได้ทำให้ทำที่และการประเมินนั้นผ่อนคลายและไม่เพิ่มความกังวลให้ลูก หลังการประเมินหรือพบแพทย์ คุณควรได้แนวทางในการปฏิบัติที่สอดคล้องกับระดับพัฒนาการของลูกเพื่อช่วยเหลือส่งเสริมต่อไป

คำถามที่คุณควรเตรียมไว้ เช่น



- ลูกของคุณจะได้รับการประเมินอะไรบ้าง
- จะใช้เวลาในการประเมินยาวนานแค่ไหน
- คุณจะเข้าร่วมการประเมินด้วยได้หรือไม่
- คุณได้เคยผ่านการประเมินเช่นนี้มานานหรือยัง
- คุณจะได้รับข้อมูลอะไรบ้างหลังจบการประเมิน

จากนั้นคุณควรจะพัฒนาความรู้และมีความชำนาญและช่วยให้ลูกโตขึ้นได้พัฒนาการ **จากนั้นคุณจะได้เรียนรู้ที่จะเชื่อในสัญชาตญาณของตนเองมากขึ้น จากนั้นคุณก็จะกลายเป็นคุณแม่คนใหม่ที่มีความรู้ที่จะทำงานประสานกับนักบำบัดและสมาชิกร่วมทีมบำบัด** และเมื่อคุณได้สังเกตและมีปฏิสัมพันธ์กับลูกในแต่ละวันตามแนวทางพัฒนาที่นักบำบัดและแพทย์แนะนำ คุณจะยิ่งรู้สึกว่าคุณก้าวหน้าขึ้น

## บันไดพัฒนาการ

1. ความสามารถในการสนใจ สงบ จดจ่อ

เด็กมีความสนใจ จดจ่อสิ่งรอบตัว

2. ความสามารถในการมีปฏิสัมพันธ์กับคนรอบข้าง

เด็กสามารถมีปฏิสัมพันธ์ในอารมณ์อบอุ่น ไว้วางใจและสนิทสนม คุณจะเห็นได้จากแววตาที่มีความรัก ยิ้มแย้ม และมีภาษากายที่แสดงความพอใจหรือสนใจ

3. ความสามารถในการสื่อสารกลับไปกลับมาอย่างมีจุดหมาย

เด็กมีการเปิด-ปิดการสื่อสารและมีภาษากายแสดงความรักใคร่ด้วยการยิ้ม เงินอาย และพยักหน้ากลับไปกลับมา

4. ความสามารถในการแก้ปัญหาโดยการใช้ภาษากายกลับไปกลับมา

เด็กจู๋มือแม่ พาเดินไปที่ตุ๊กเตียน ทูบประตูละเมื่อแม่เปิดก็ไปที่น้ำผลไม้ ซึ่งอาจใช้การสื่อสารกลับไปกลับมาได้ 10-20 รอบเพื่อแก้ปัญหา

5. ความสามารถในการพูดและเล่นสมมติ

เด็กสามารถใช้คำพูดหรือสัญลักษณ์สื่อความตั้งใจหรือความรู้สึก เช่น เล่นสมมติป้อนข้าวตุ๊กตาหรือพาตุ๊กตาไปนอนที่เตียงแล้วห่มผ้าให้



## 6. ความสามารถในการเชื่อมโยงเหตุและผล

เด็กสามารถใช้ภาษาได้อย่างเป็นเหตุเป็นผลและสมจริงขึ้น เด็กสามารถแยกเรื่องจริงและเรื่องในจินตนาการ เช่น เด็กอาจพูดว่า “หนูจะไปข้างนอก” แม่ถาม “ทำไม” เด็ก “เพราะหนูอยากออกไปเล่น” หรือ “ดอลลี่มีปาร์ตี้น้ำชา” แม่ “ทำไมดอลลี่ต้องมีปาร์ตี้น้ำชาวันนี้ละ” “เพราะวันนี้เป็นวันเกิดของดอลลี่และดอลลี่ก็ชอบปาร์ตี้น้ำชาด้วย” ซึ่งเหล่านี้เป็นการใช้ความคิดผ่านการเล่นสมมติ การเจรจาและการแก้ปัญหาด้วยสัญลักษณ์



## เริ่มโปรแกรมฟลอร์ไทม์ที่บ้าน

ในตอนเริ่มต้น คุณต้องมีความรู้และคำแนะนำจากแพทย์ นักบำบัด และที่ปรึกษาผู้สามารถให้การสนับสนุนบนพื้นฐานฟลอร์ไทม์ที่เข้าใจในระบบการรับรู้ที่แตกต่าง และใช้การเล่นที่สนุกสนานดึงความสนใจร่วมเพื่อช่วยเหลือพัฒนาลูก จากนั้นคุณต้องวางแผนว่าสิ่งใดควรเริ่มทำก่อน เช่นคุณอาจนำคำแนะนำเรื่องกิจกรรม SI/OT มาปรับเข้ากับการเล่น หรือเด็กบางคนที่ยังไม่พร้อมด้วยความเจ็บป่วยทางกายภาพก็อาจต้องได้รับการรักษาก่อนเป็นต้น เมื่อคุณเริ่มตระหนักรู้จากการสังเกตและแจ้งผลให้แพทย์ทราบ คุณจะตัดสินใจในการเลี้ยงดูและพัฒนาลูกได้อย่างเหมาะสม



## ภาพรวมการทำฟลอร์ไทม์

ให้คุณจัดเวลาช่วงพิเศษเล่นกับลูกตามแนวทางฟลอร์ไทม์โดยอาจแบ่งเป็นรอบๆ รอบละประมาณ 30 นาที วันละหลายๆ รอบ เพราะยิ่งทำมากลูกยิ่งก้าวหน้าเร็ว

หลายปีก่อนเราเรียกการเริ่มทำฟลอร์ไทม์ว่า “ฟลอร์ไทม์ 5 ชั้นตอน” ฟลอร์ไทม์เป็นช่วงเวลาพิเศษในการเล่นกับลูกฟลอร์ไทม์ยังเป็นปรัชญาการใช้ชีวิตกับลูกและคนอื่นๆ อีกด้วย ชั้นตอน 5 ชั้นมีดังนี้

### ขั้นที่ 1 สังเกตลูกของคุณ



นี่เป็นขั้นแรกและเป็นขั้นที่มีกฎลิมมากที่สุด เมื่อคุณรู้สึกว่าคุณสามารถใช้เวลาเล่นกับลูกโดยไม่ถูกขัดจังหวะสัก 20-30 นาทีต่อรอบแล้ว ให้หยุดและสังเกตว่า ลูกของคุณกำลังทำอะไรและอยู่ในอารมณ์ใด ลูกกำลังวิ่งไปรอบๆ และทำเสียงดังหรือไม่ ลูกนั่งเงียบๆ เปิดหน้าหนังสือหรือไม่ คุณต้องอยากที่จะเข้าไปร่วมกับลูกของคุณ ไม่ว่าคุณจะมีอะไรอยู่ในใจ ให้เข้าไปมีปฏิสัมพันธ์กับลูกด้วยอารมณ์เดียวกันนั้น ซึ่งไม่ได้หมายความว่าอารมณ์ของลูกนั้นต้องไม่เปลี่ยนไปเปลี่ยนมาเมื่อคุณเริ่มที่จะเล่น แต่เมื่อคุณเริ่ม คุณต้องอยากที่จะเข้าไปร่วมกับลูกในทุกๆ ที่และทุกๆ เรื่องที่ลูกคุณทำอยู่



### ขั้นที่ 2 เข้าหาลูกของคุณ

เมื่อคุณเข้าหาลูก ให้พยายามมีปฏิสัมพันธ์ในอารมณ์นั้นๆ ของลูก ถามเขาว่าคุณจะเข้าไปร่วมทำอะไรที่เขาทำอยู่ด้วยน้ำเสียงและท่าทาง ซึ่งต้องใช้การแสดงออกทางใบหน้าและน้ำเสียงเพื่อดึงความสนใจ และแสดงความสนุกสนานในอะไรก็ตามที่ลูกทำอยู่ การโผล่เข้ามาหาด้วยท่าทางและน้ำเสียงที่สูงและดังกับเด็กที่กำลังอยู่เงียบๆ อาจทำให้ช่องทางการสื่อสารนั้นปิดลงอย่างง่ายดาย แต่หากใช้น้ำเสียงสนุกสนาน ตื่นเต้นกับเด็กที่กำลังร้องเป็นวงกลมอย่างไม่มีจุดหมายพร้อมพูด “จะจับแล้วนะ” ด้วยน้ำเสียงสนุกสนานก็อาจเป็นการเริ่มเล่นการสังการกล่อมเนื้อได้เลย



### ขั้นที่ 3 ให้ลูกเป็นผู้นำและคุณเป็นผู้ตาม

ให้ลูกเป็นผู้กำกับและคุณเป็นผู้ช่วยและหาอุปกรณ์เสริม คุณเล่นด้วยการสนับสนุนการความสนใจและการริเริ่มเล่นของเขา **นี้ไม่ใช่ช่วงเวลาแห่งการสั่งสอน** จำไว้ว่าความชำนาญพิเศษทุกอย่างนั้นมักเกิดขึ้นได้ในทุกๆ ชั้นของแบบ DIR ในระหว่างการทำฟลอร์ไทม์เป้าหมายในขั้นต้นๆ คือให้ลูกเป็นคนที่คุณเล่นกลับไปกลับมอย่างสนุกสนาน นั่นคือการมีปฏิสัมพันธ์อย่างมีจุดหมาย

ให้คุณอยู่กับลูก สนุกกับเขาในสิ่งที่เขาสนุกและบอกเขาว่าคุณสนุกแค่ไหนที่ได้เล่นกับเขาอย่างนี้ แม้ว่า คุณจะรู้ว่าบางอย่างที่ลูกต้องการก็ไม่สามารถทำได้ ก็ทำไป เอาเป็นว่าให้เชื่อในความรูสึก หากเกิดคำถามและรูสึกขี้ตขี้ใจ ว่าเรากำลังทำอะไรอยู่ **แต่ถ้าลูกของคุณยังคงเชื่อมต่อกับคุณด้วยเสียงหัวเราะคิกๆ คักๆ และมีการสบตาที่ดีขึ้นเรื่อยๆ** นั่นเป็นการระบุบอกให้ลูกรู้อย่างชัดเจนว่า **“แม้จะทำทุกอย่างและเป็นทุกอย่างที่หนูอยากให้คุณเป็น (ตราบนานเท่าที่จะไม่มีการทำร้ายร่างกายกันเกิดขึ้น) แม่รักที่จะเล่นกับหนู และหนูเล่นด้วยแล้วสนุกจริงๆ เลย”**

คุณหมอกรินสแปนกล่าวว่า การเรียนรู้ที่แท้จริงทุกอย่าง ต้องอาศัยแรงจูงใจเป็นตัวขับเคลื่อน ในการทำฟลอร์ไทม์ก็เช่นเดียวกัน เราต้องใช้แรงจูงใจทำให้เกิดการปฏิสัมพันธ์ขึ้น อะไรที่จูงใจลูกเมื่อวานหรือชั่วโมงก่อนนั้นไม่มีความหมาย แต่อะไรที่เป็น **แรงจูงใจในขณะนั้นต่างหาก** ยกตัวอย่างเช่น นึกถึงแก้วน้ำแข็งที่คุณถือเข้าไปในที่เล่น ลูกอาจจะมึนทำที่ต่อแก้วนั้นทันที (และแน่นอนว่าคุณอาจจะคิดว่า “ทำไมไม่เอาถ้วยพลาสติกเข้ามา) คุณรู้ว่าลูกกระหาย หรือคุณอาจจะอยากสอนลูกเรื่องร้อน เย็น เปียก แห้ง คุณอาจเอาแก้วมาหลายใบใส่น้ำต่างระดับเพื่อไล่เป็นเสียงดนตรี แต่ถ้าคุณสังเกตอย่างจริงๆ จังๆ คุณจะรู้ว่าลูกสนใจเพียงมะนาวที่ลอยอยู่ในน้ำ จากนั้นน้ำมะนาวเปรี้ยวๆ ในปากแม่ที่ทำหน้าปู้เลี่ยนๆ ตลกๆ ก็อาจเรียกเสียงหัวเราะได้อย่างสนุกสนาน ตราบานานเท่าที่คุณเรียนรู้ลูกขึ้นเรื่อยๆ ว่าลูกกำลังสนใจอะไร ตื่นเต้นกับอะไร หรือกำลังมองอะไรอยู่ คุณจะมีช่องทางที่จะเดินต่อไปได้เสมอ

ในตอนเริ่มต้นขั้นตอนนี้ ครูฝึกให้พวกเราทุกคนคิดว่าอะไรที่ลูกของเราชอบมา 3 อย่าง ซึ่งง่ายมาก แล้วก็ให้ต่อยอดคิดอีกว่าจะทำอะไรกับสิ่งที่ลูกชอบ 3 อย่างนั้นอีกอย่างละ 3 อย่างแน่นอน ง่ายมาก ถึงตอนนี้เราก็มีไอเดีย 9 อย่างที่จะดึงให้ลูกมาเล่น มันก็ง่ายๆ อย่างนั้นแหละ ฉะนั้น ให้สังเกตว่าลูกชอบอะไร ไม่ว่าจะเล่นเกมอะไรที่ง่ายแสนง่าย ธรรมดาแสนธรรมดา และเมื่อได้เล่นเกมง่ายๆ กับลูกแล้ว ลูกรูสึกสนุก และมีการเชื่อมต่อกลับไปกลับมาในการเล่น ซึ่งเป็นการเชื่อมต่อกับสิ่งที่คุณเลือกเอง



เมื่อจะเริ่ม ให้คิดว่า จะรู้สึกเช่นไรที่ได้ยินเสียงหัวเราะคิกๆ คักๆ หรือหัวเราะลั่นบ้านกับความพยายามของเรา นั่นคือความรู้สึกที่เราต้องการในการชวนลูกให้มาเล่นกับเราในการทำฟลอร์ไทม์ซึ่งก็อาจมีอุปกรณ์บางอย่างที่เราคิดว่าเด็กส่วนใหญ่จะชอบและตอบสนองต่อ เมื่อสิ่งเหล่านี้รวมกับใบหน้าเปื้อนยิ้มที่อบอุ่นของพ่อและแม่ ผู้ซึ่งกระหายที่จะตอบสนองลูกด้วยเสียงที่แสดงออกถึงการเจริญชวน ทั้งน้ำเสียงที่เป็นดราม่า แบบโอเวอร์แอ็คติง ท่าทางและเสียงหัวเราะสนุกสนาน เจิงหยอกเย้า เหล่านี้จะทำให้เกิดสิ่งมหัศจรรย์ขึ้น (ซึ่งเรียกว่าปฏิกิริยา “จิ๊กจี้ฉันลี”) ดังนั้นให้เริ่มจากสิ่งที่ลูกชอบ 3 สิ่งและ 3 สิ่งที่คุณจะทำต่อ ยอดกับแต่ละสิ่งนั้นได้



#### ขั้นที่ 4 ขยายความคิดของลูกให้ยาวนานและลึกซึ้ง

คุณหมอกรินสแปนกล่าวว่านี่คือโอกาส พึงขยายสิ่งที่ลูกสนใจในขณะนั้นให้ลึกซึ้ง กว้างขึ้น และยาวนานยิ่งขึ้น เช่นลูกให้แม่เล่นเป็นม้า แม่ก็เป็นม้าโดยสร้างเรื่องเข้าไปเรื่อยๆ อาจหัว กระจายน้ำ เจ็บทำไปแมคโดนัล ไปหาหมอรักขาม้า หรือแม่แต่ตรวจฟันม้ากัน อาจสร้างคอกให้ม้าด้วยบล็อก หรืออื่นๆ ได้อีก นานตราบเท่าที่ลูกยังคงสนุก



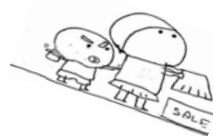
#### ขั้นที่ 5 การเปิดและปิดวงรอบการสื่อสาร

ยกตัวอย่างต่อจากข้างบน ม้าอาจจะเหนื่อยและนอนลง เมื่อลูกเดินไปหยิบผ้าห่มมาให้ นั่นแปลว่าลูก “ปิดวงรอบการสื่อสาร” แม้ว่าจะยังไม่มีภาษาพูด ขอเพียงภาษากายของลูกมีออกมาอย่างถูกต้องเหมาะสมก็เพียงพอ ถ้าลูกไปหยิบดอกไม้มาให้ม้า นั่นแปลว่าลูกยังไม่ปิดรอบการสื่อสาร การตอบสนองของลูกอย่างชัดเจนนั้นยังอาจนำไปสู่การเปิดรอบการสื่อสารรอบใหม่ ซึ่งก็คือเป้าหมายหลักของฟลอร์ไทม์นั่นเอง การสื่อสารต่อเนื่องกลับไปกลับมา เปิดและปิดวงรอบการสื่อสารมากขึ้นๆ รวมทั้งมีความสุขสนุกสนานและเกิดกระบวนการคิด

เพราะวัตถุประสงค์หลักของการทำฟลอร์ไทม์คือการทำให้เด็กมีอารมณ์ที่หลากหลาย **ในขั้นต้นลูกอาจแสดงอารมณ์ออกมาไม่เหมาะสมกับวัย แต่เมื่อก้าวหน้าขึ้น การแสดงอารมณ์ของลูกจะเหมาะสมกับระดับพัฒนาการของลูกมากขึ้น**

ในเรื่องของอารมณ์โกรธและอารมณ์ก้าวร้าว นั้น **สำหรับฟลอร์ไทม์ นี่เป็นเวลาสำคัญยิ่งที่คุณควรอยู่กับลูก สะท้อนอารมณ์แสดงความเข้าใจลูกยืนหยัดอยู่ข้างๆ ลูก และไม่เพิ่มแรงกดดันให้กับลูก เพียงคุณสงบ มีสติ และพร้อมจะช่วยคลี่คลาย ทั้งนี้ไม่ได้หมายความว่า คุณต้องตามใจลูก เพียงแต่เข้าใจว่าลูกเป็นมนุษย์คนหนึ่งที่สามารถมีอารมณ์โกรธหรืออารมณ์ก้าวร้าวได้โดยไม่ผิด สิ่งนี้เป็นธรรมชาติ เพียงแต่จะช่วยลูกปรับแต่งอารมณ์อย่างไรให้ขึ้นลงอย่างเหมาะสม นั่นต่างหากที่เป็นงานที่คุณต้องทำ**

การจะช่วยคลี่คลายความโกรธ ความก้าวร้าว ความกลัวนั้น สามารถทำได้หลายอย่างตามระดับพัฒนาการของลูก หากลูกยังไม่สามารถพูดคุยสื่อสารถึงความคับข้องใจได้ คุณอาจใช้การเล่นสมมติเป็นตัว



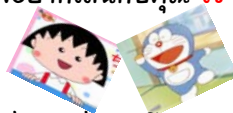
ช่วย ในการเล่นเกมตอนนี้ลูกจะทำอะไรก็ได้ จะเป็นอะไรก็ได้ ขอให้คุณตั้งสติและอย่าตกใจหากลูกพูดอะไรที่ไม่เหมาะสม เช่น ให้แม่ตายไปเลย คุณเพียงแค่ทำให้เป็นเรื่องเล่นๆ คุณจะพบว่าลูกจะหาทางจัดการกับอารมณ์ของตัวเองได้เมื่อถึงเวลาที่ต้องทำในการใช้ชีวิตประจำวัน

ก่อนรู้จักฟลอร์ไทม์ ลูกชายของดิฉันตีหัวตัวเอง เพราะเพื่อนเดินมาชน เหตุการณ์นั้นทำให้คุณครูแนะนำให้ปรึกษาแพทย์ ผ่านมาปีกว่าของการทำฟลอร์ไทม์ ปัจจุบันลูกเข้าใจว่าเหตุการณ์นี้เพื่อนไม่ได้ตั้งใจน้องไม่ได้ตั้งใจ และสามารถคลี่คลายอารมณ์โกรธของตัวเองได้อย่างเหมาะสม **แต่ต้องให้แน่ใจว่าคุณจะยอมรับอารมณ์โกรธ อารมณ์ก้าวร้าวของลูกได้อย่างหมดใจ เพื่อให้ลูกกล้าที่จะรู้สึกเพราะนั่นเป็นเรื่องที่สำคัญมาก เพราะหากไม่เป็นเช่นนั้น ลูกคงไม่มีทางได้รู้จักกับการจัดการอารมณ์ที่เหมาะสม ซึ่งเป็นเรื่องสำคัญอีกเรื่องหนึ่งที่ยังมองข้ามไปไม่ได้เลย**



เด็กต้องสงบและสนใจเพียงพอในช่วงเวลาที่ทำฟลอร์ไทม์ คุณอาจต้องปรึกษานักกิจกรรมบำบัด เรื่อง SI/OT ว่าจะทำอย่างไรให้ลูกสงบ และต้องใช้อุปกรณ์อะไรที่เหมาะสมจะนำมาเล่นกับลูกให้สนุก เพื่อเติมเต็มระบบรับรู้ของลูกก่อนการทำฟลอร์ไทม์ ทั้งยังต้องรู้ว่าจะใช้อุปกรณ์นั้นกับกิจกรรมอะไร และจะใช้เมื่อไหร่ รวมทั้งจะใช้อย่างไร ซึ่งหมายความว่าต่อไป คุณจะรู้ว่าต้องทำกิจกรรมอะไรเพื่อจะช่วยให้ลูกสงบพอที่จะทำฟลอร์ไทม์กับคุณได้ เมื่อลูกก้าวหน้าขึ้น การช่วยเหลือลูกในเรื่องระบบรับรู้นี้ก็ง่ายขึ้น และคุณ จะสนุกกับกิจกรรมที่ทำกับลูกได้

เมื่อลูกสงบเพียงพอ ก็เริ่มขั้นต่อไป เป้าหมายเพื่อให้มีความสนใจร่วม ผ่านการเล่นที่สนุกสนาน คุณอาจเพิ่มน้ำเสียง จากอบอุ่น เป็นตื้นเต้นเร้าใจเพื่อให้ลูกหันมาสนใจอยากเล่นกับคุณ **เรามีคำแนะนำในการทำให้ “ตัวคุณเอง” เป็นของเล่นที่สนุกที่สุดสำหรับลูกเลยทีเดียว**



- ให้สีหน้า ท่าทาง และน้ำเสียงเกินจริงให้มากที่สุด เพื่อเปิดโอกาสเชื่อมต่อ
- พยายามให้อยู่ในระยะเวลาที่สามารถประสานสายตา บางครั้งอาจต้องมองผ่านกระจก หรือถือตุ๊กตาใกล้ตาของคุณ ใช้การแต่งหน้า จมูกตัวตลก หรืออะไรก็ได้ที่ตลกๆ เพื่อให้ลูกสนใจใบหน้าของคุณ
- เคลื่อนที่ไปรอบๆ พร้อมกับลูก อย่ายืนข้างหลัง ให้ถึงของเล่นหรือตุ๊กตาที่ลูกชอบก่อนลูก เพื่อที่คุณจะได้เป็นคนให้ลูก และเพื่อเปิดปิดวงรอบการสื่อสาร
- แนะนำให้พยายามสื่อสารกับลูกด้วยภาษากาย เลิกคิ้วถาม แสดงสีหน้าท่าทาง ขมวดคิ้ว อย่ำลึ่มว่าคุณเราสื่อสารด้วยภาษากายมากกว่า 90% การสื่อสารด้วยภาษากาย เช่น การพยักหน้า สายหน้า กวักมือ สายมือ ขมวดคิ้วเมื่อโกรธ ประหลาดใจ แสดงสีหน้าอารมณ์สนุก เศร้า โกรธ กลัว เมื่อคุณสื่อสารด้วยภาษากายได้ต่อเนื่องยาวนานแล้ว คุณจะสามารถึงภาษาพูดออกมา

- จำไว้ว่าให้ลูกเป็นผู้นำ อย่าทำตัวเป็นผู้กำกับแทนลูก แม้ว่าการเล่นนั้นจะเป็นการเล่นเข้าไปข้างหน้า เล่นตามลูกไป แต่สามารถขยายการเล่นออกไปได้อีกเมื่อลูกยังคงสมาธิอยู่กับคุณ
- ตอบสนองลูกให้สอดคล้องกับเสียงที่ลูกเปล่งออกมา ถ้าลูกตอบออกมา 1 คำ อย่าตอบลูกไป 10 คำ ปล่อยให้เวลาของคุณ เพราะการปิดรอบการสื่อสารด้วยภาษากายก็ถือว่าใช้ได้ เมื่อลูกเริ่มตอบด้วยน้ำเสียงออกมา 3-4 คำ ให้ตอบลูกด้วยจำนวนคำที่เท่าๆกับของลูก ค่อยๆ เพิ่มไปที่ละคำ ไม่ต้องรีบร้อน
- ลดการถาม เพราะถ้าถามมากๆ ลูกจะไม่สนุก แต่ให้สื่อสารเสมือนเด็กกำลังเล่นกันด้วยความสนุก
- เปลี่ยนเสียงที่ลูกเปล่งออกมาเป็นคำที่มีความหมาย เช่น ถ้าลูกออกเสียง “คา” คุณอาจใช้คำนี้เป็นแรงจูงใจในการออกเสียงของลูกด้วยการหาคำที่คล้ายๆ คำนี้เข้ามาร่วมเล่นด้วย เช่น คุณก็ ค้างคาว ข้าว เมื่อลูกเห็นและชี้สิ่งเหล่านั้นและเริ่มออกเสียง “คา” คุณอาจให้ลูกเลือก จนลูกชี้ได้ถูกอัน คุณจึงพูดว่า “คุณก็ หนูพูดว่าคุณก็” ด้วยน้ำเสียงตื่นเต้นดีใจ
- เปลี่ยนทุกอย่างให้เป็นเกมส์ ด้วยความสนุกสนาน เช่น ลูกสนใจลูกบอล คุณอาจนำลูกบอลนั้นไปซ่อนในที่ที่ลูกมองเห็น จากนั้นก็เริ่มเกมส์ซ่อนหาที่สนุกสนานและอาจเพิ่มความซับซ้อนด้วยการเพิ่มให้พ่อเข้ามาเล่นด้วยเป็นต้น
- เมื่อคุณทำฟลอร์ไทม์ พยายามส่งเสริมการสื่อสารกับลูกด้วยภาษากายให้ยาวนาน และพยายามส่งเสริมกระบวนการคิดให้ลูกของคุณ ลูกจะเริ่มคิด เช่น คิดที่จะหาของเล่นที่คุณซ่อนอยู่ในมือ ระวัง อย่าพยายามทำตามความคิดของคุณ แต่ให้ตามความสนใจของลูกเป็นหลัก เพราะลูกจะสื่อสารกับคุณไม่ได้นาน พึงระลึกว่าอย่างไรก็ตามสนุกอย่างเดียว ให้ส่งเสริมให้ลูกคิดด้วย
- คุณต้องจัดสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม ลูกต้องสงบและรู้สึกปลอดภัยมากพอ สภาพแวดล้อมหรือบรรยากาศที่แตกต่างอาจทำให้เด็กแสดงศักยภาพออกมาเต็มที่



## วิธีการส่งเสริมพัฒนาการทั้ง 6 ชั้น

1. สงบ สนใจ จดจ่อกับโลกภายนอก



ให้คุณชวนลูกเล่นให้สนุกยาวนาน เล่นจนลูกตั้งใจมาชวนคุณเล่นด้วย ไม่ว่าจะเล่นอะไร ขอให้ตัวคุณ และลูกรู้สึกสนุกไปพร้อมกัน

2. มีสัมพันธภาพกับผู้อื่น

ให้คุณชวนลูกเล่นให้สนุกยาวนาน ในขั้นนี้จะคล้ายกับขั้นแรก



3. พัฒนาภาษาากาย

ให้ใช้ภาษาากายของคุณแบบเยอะๆ เวอร์

4. การสื่อสารเพื่อแก้ปัญหา

ข้อ ยื้อ ให้วงรอบการสื่อสารต่อเนื่องยาวนาน และการจะทำให้ต่อเนื่องยาวนานขึ้นได้นั้น ต้องอาศัยจังหวะจะโคน สมารถต้องคงอยู่กับลูก ให้ลูกเป็นผู้นำการเล่นทั้งหมด แม่เป็นเพียงเพื่อนที่จะตามไปเล่นสนุกกับลูก ในช่วงแรกๆ ที่ขั้นสัมพันธภาพของลูกยังไม่มากนัก อาจต้องอาศัยการทบทวน ทดลองกันหลายรอบกว่าจะอยู่ตัว เพราะหากลูกทนการตื้อยื้อได้ไม่นาน ดิฉันจะหันกลับมาสำรวจตัวเองว่าท่าทีของเรายังคุกคามและคาดหวังเกินไปหรือไม่ เรายังตื้อยื้อไม่สนุกเพราะขาดอารมณ์ขันไปหรือเปล่า เมื่อค่อยๆ ปรับค่อยๆ ลอง ดิฉันก็พบว่าลูกทนการตื้อยื้อได้ดีขึ้น การไปพบครูพบเพื่อดูตัวอย่างก็ถือเป็นสิ่งสำคัญสำหรับดิฉัน ดิฉันได้ตัวอย่างและจังหวะจากครูพบมากมาย

5. สื่อด้วยสัญลักษณ์

เล่นสมมติในอารมณ์ที่หลากหลาย ให้คุณสอดแทรกเรื่องราวเข้าไปในชีวิตประจำวันให้มากที่สุด ปัจจุบันลูกของดิฉันเล่นสมมติเก่งและถี่มากขึ้น แม้บางเรื่องจะยังไม่ต่อเนื่องยาวนาน แต่นั่นก็หมายความว่าลูกมีจินตนาการมากขึ้น เมื่อลูกฝึกคิดเยอะขึ้น ลูกก็มีคำถามมากขึ้น ลูกเรียนรู้โลก ซึ่งสิ่งนั้นทำให้ดิฉันผ่อนคลายเรื่องลูกมากขึ้น ลูกไม่ปิดกั้นตัวเองอีกแล้ว ลูกจึงมีโอกาที่จะเรียนรู้ลึกซึ้งต่อไป



6. เชื่อมโยงเหตุและผล

ทำได้ด้วยการพูดคุยสอบถามลูกบ่อยๆ ใคร ทำอะไร ที่ไหน อย่างไร และทำไม ทำตัวเป็นแม่ที่อยากรู้อะไรของลูกไปซะทุกอย่าง แต่ลูกมีสิทธิ์ที่จะไม่เล่าหรือไม่เล่าก็ได้ ดิฉันก็จะใช้โอกาสเงาะแฉะเงาะถาม ได้เรื่องบ้างไม่ได้เรื่องบ้าง แต่ทุกครั้งทีดิฉันหวังผล ลูกจะจับได้และเฉไฉไม่ตอบ แต่หากดิฉันผ่อนคลาย ลูกจะตอบก็ได้ไม่ตอบก็ได้ ดิฉันกลับพบว่าลูกบอกเล่าเรื่องราวออกมาอย่างสมัครใจ แต่หากลูกไม่ยอมตอบ ลูกก็จะบอกออกมาตรงๆ ว่าไม่ยอมบอก ไม่อยากคุยแล้ว