บทที่: 2

เทคนิค ระดับขั้นพัฒนาการขั้น 1-2

ช่วยเด็กให้สนใจ จดจ่อและมีส้มพันธภาพแน่นแฟ้น

เทคนิคระดับขั้นพัฒนาการขั้น 1-2:

ช่วยเด็กให้สนใจ จดจ่อและมีสัมพันธภาพแน่นแฟ้น

- **เป้าหมาย เทคนิค**
- **ช่วยเด็กให้สนใจ จดจ่อและมีสัมพันธภาพแน่นแฟ้น**
  - หลักการสำคัญก่อนเข้าไปเล่นกับเด็ก
  - เริ่มต้นอย่างไรดี
  - การปรับตัวเราในการเข้าไปเล่นกับเด็ก
  - เริ่มต้นเข้าไปเล่นกับเด็ก อย่างไรให้สนุก
  - อยู่ด้วยกันทุกอารมณ์
- **สรุปเทคนิคช่วยเด็กให้สนใจ จดจ่อและมีสัมพันธภาพแน่นแฟ้น**

เป้าหมาย เทคนิค

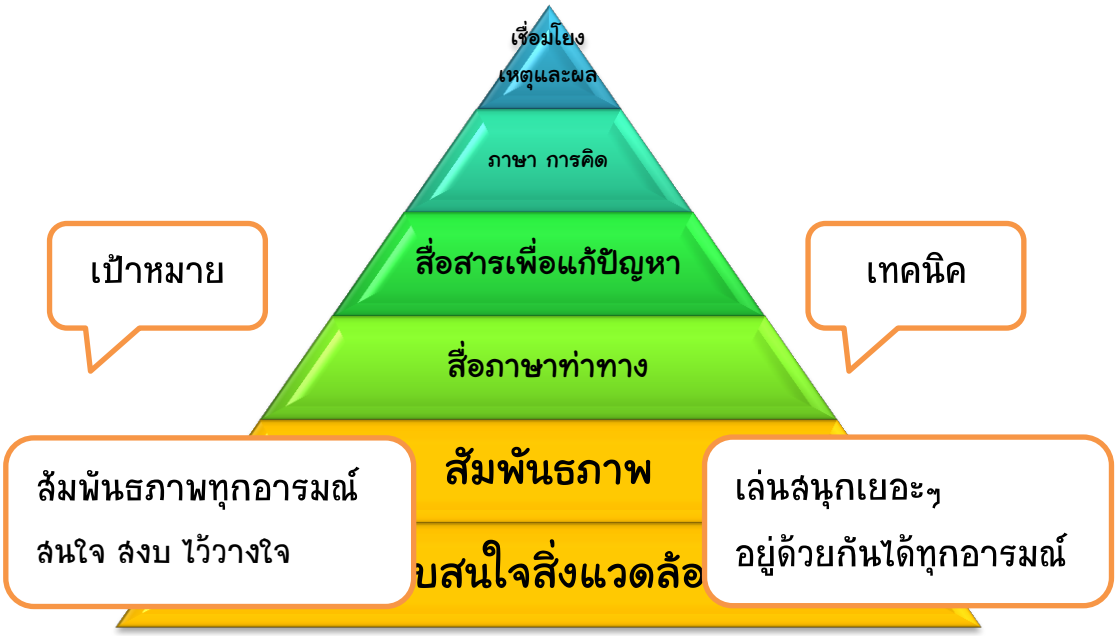
ระดับขั้นพัฒนาการขั้น 1-2:
ช่วยเด็กให้สนใจ จดจ่อและมีสัมพันธภาพแน่นแฟ้น

เป้าหมาย:

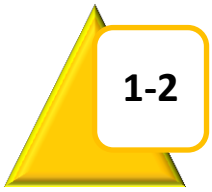
- ช่วยให้เด็กสามารถสงบตัวเอง สนใจ จดจ่อกับสิ่งแวดล้อมรอบตัว มีสมาธิในการทำกิจกรรม
- มีสัมพันธภาพกับพ่อแม่ได้ในทุกอารมณ์ เช่น อารมณ์สนุก เล่นด้วยกันได้ต่อเนื่อง อารมณ์กลัว ตื่นเต้น โกรธ หงุดหงิด เสียใจ ก็ยังอยู่กับพ่อแม่ได้ ไม่กลับไปหาวัตถุ สิ่งของ หรือกระตุ้นตัวเอง (พบในกลุ่มออทิสติก)

เทคนิค:

- เล่นกับลูกเยอะๆ
- เน้นสัมพันธภาพในทุกอารมณ์



เป้าหมายและเทคนิคระดับขั้นพัฒนาการขั้น 1-2



ช่วยเด็กให้สนใจ จดจ่อและมีสัมพันธภาพแน่นแฟ้น

คุณพ่อคุณแม่หลายท่าน เมื่อได้รับคำแนะนำเบื้องต้นว่าให้กลับไปเล่นสนุกกับลูก ก็สามารถกลับไปเล่นได้ไม่ยากนัก โดยเฉพาะคุณพ่อคุณแม่บางท่านก็เล่นได้อย่างธรรมชาติ โดยใช้หลักใจ **“นึกถึงใจของเด็กและใจของเรา”** เพียงแต่ยังไม่ทราบหลักการในการส่งเสริมพัฒนาการที่จะนำพาลูกไปต่อในระดับพัฒนาการในขั้นต่อๆไป โดยส่วนใหญ่ในคลินิกพัฒนาการเวลาอยู่ในห้องฝึก คุณครูมักพบว่าสีหน้าแววตาและท่าทางของคุณพ่อคุณแม่ที่ดูเคร่งเครียด มักจะเล่นไม่ค่อยออก หลายท่านก็บอกเล่าให้ฟังแตกต่างกัน เช่น

บางท่านบอกว่า **“ตนเองคิดเยอะ คาดหวังเยอะ เร่งลูก”**

บางท่านก็ตั้งใจมาก พยายามเวลาชวนลูกเล่น ก็พบว่า **“ลูกก็ตอบสนองบ้าง สนุกบ้าง ไม่สนุกบ้าง แต่ก็ไม่รู้จะเล่นให้นานต่อเนื่องขึ้นได้อย่างไร”**

บางท่านก็บอกว่า **“บางครั้งยิ่งพยายามชวนลูกเล่น แต่ลูกกลับยิ่งไม่สนใจ”**

บางท่านก็บอกว่า **“ไม่รู้จะเล่นอย่างไร ลูกไม่สนของเล่นที่แม่ซื้อมา สนใจเล่นอะไรก็ไม่รู้”**

บางท่านก็บอกว่า **“ลองชวน ลองเสนอของเล่นต่างๆ ลูกก็ไม่ค่อยสนใจเท่าไหร่ พอเราไม่ชวนลูกก็กลับไปเล่นคนเดียวตามเคย”**

ครูฝึกเองก็เคยรู้สึกเช่นนี้เหมือนกันคะ แต่พอได้มาเรียนรู้และเข้าใจหลักการ การเล่นเพื่อส่งเสริมพัฒนาการในแต่ละขั้น ก็ช่วยให้การเข้าหาและร่วมเล่นสนุกกับเด็กได้ดีขึ้นกว่าเดิมมาก ทำให้มีความสุข สนุกด้วยกันทุกฝ่าย ทั้งครูฝึก เด็ก และผู้ปกครอง

“นึกถึงใจของเด็กและใจของเรา”

หลักการสำคัญก่อนเข้าไปเล่นกับเด็ก

คือ **การช่วยให้เด็กรู้สึกอบอุ่น ปลอดภัย อยู่ด้วยกันได้**

เริ่มต้นด้วยการปรับตัวเราและสิ่งเร้าต่างๆให้พอดีกับที่เด็กรับได้ เพื่อช่วยให้เด็กรู้สึกปลอดภัยพอที่จะเรียนรู้สิ่งต่างๆได้ (Co-regulate) จะช่วยให้การเข้าไปสร้างสัมพันธภาพกับเด็กนั้นทำได้ง่ายและเล่นด้วยกันได้นานต่อเนื่องขึ้น

โดยเฉพาะเด็กที่มีความแตกต่างของระบบประสาทสัมผัสการรับรู้และการแสดงออกที่แตกต่างจากระดับปกติมากๆ (อ่านเพิ่มเติมคู่มือฯ บทที่ 3) เรายิ่งต้องปรับตัวเราให้เข้ากับความแตกต่างของเด็กแต่ละคนให้พอดี เพื่อช่วยให้เด็กรู้สึกอบอุ่นปลอดภัยก่อน และเป็นสิ่งสำคัญมากๆ ในพัฒนาการขั้นแรกนี้ หากเด็กรู้สึกว่าสิ่งเร้าที่เข้ามานั้นอยู่ในระดับพอดีกับระบบประสาทสัมผัสของร่างกายทนได้ เด็กก็จะมีอารมณ์ความรู้สึกที่อบอุ่น ปลอดภัย การแสดงออกของเด็กก็จะดู สงบ และเราก็จะเข้าไปร่วมเล่นกับเด็กได้ง่ายขึ้น แต่ถ้าเด็กรู้สึกว่าสิ่งเร้าที่เข้ามา มีระดับที่เกินพิกัดจนไม่สามารถทนได้ ร่างกายและจิตใจเด็กก็ย่อมไม่สงบ การที่เราจะเข้าไปเล่นสนุกก็คงจะยาก เช่นกัน เปรียบเสมือนเราคาดหวังจะให้เด็กเล่นอยู่บนพื้นที่อันตราย “คงยากที่เด็กจะสงบ จดจ่อและเล่นสนุกได้”

ตัวอย่างเช่น

หากเด็กกำลังนั่งเล่นอยู่ที่โต๊ะ แล้วอยู่ๆเราเดินดุ่มๆ เข้าไปหาเด็กทันทีในระยะประชิดตัว จนทำให้เด็กรู้สึกกลัว กังวล จนต้องหลบ หรือหลีกหนี เพื่อการอยู่รอด เด็กหลายคนที่มีความบกพร่องอย่างมาก อาจแสดงพฤติกรรมแปลกๆ ตามแต่ลักษณะของเด็กแต่ละคน เมื่อรู้สึกไม่อบอุ่น ไม่ปลอดภัย หรือเมื่อมีความตื่นเต้น กลัว กังวลมากๆ ทำให้เด็กไม่สามารถสงบร่างกายและจิตใจตัวเองได้

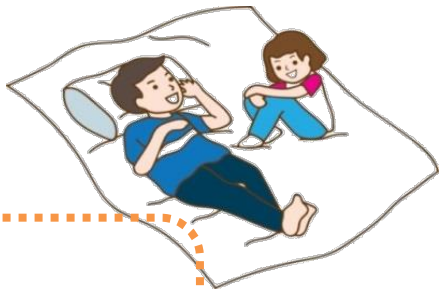
บางรายที่พ่อแม่อยากให้เด็กได้ฝึกและพูดคุยกับครูหรือคุณหมอมากๆ พ่อแม่หลายคนก็ยิ่งผลักดันเด็กมากด้วย ทั้งๆที่เด็กยังกลัวและกังวลอยู่มาก ขณะที่เด็กเองเมื่อรู้สึกกลัวหรือรู้สึกไม่ปลอดภัยก็ไม่รู้จะแสดงออกอย่างไร จะสื่อสารบอกคนใกล้ชิดก็ทำไม่ได้ เสมือนระบบสมองมันสั่งการไปที่มือและแขนขาไม่ถูก ระบบรวน สะเปะสะปะไปหมด เด็กเลยแสดงแสดงออกพฤติกรรมแปลก บางคนอาจกระตุ้นตัวเอง เพราะทนสิ่งเร้าแบบนี้ไม่ไหว หรือบางคนก็พุ่งเข้าเพ่งมองวัตถุและจมอยู่กับการกระทำซ้ำๆซากๆบางอย่างเท่านั้น หรือบางคนได้แต่ตั้งหน้าตั้งตาจะหลีกหนีอย่างลนลานด้วยความกังวลสุดขีด หากได้รับการผลักดันให้เผชิญสิ่งเร้าที่น่ากลัวเกินทนไหว เป็นต้น

ฉะนั้น สิ่งแรกที่เราต้องทำ คือ

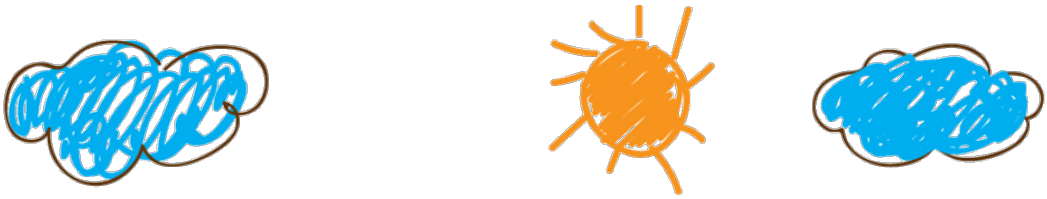
การหัด “อ่านใจของเด็ก” สังเกตและรับรู้อารมณ์ความรู้สึกของเด็กก่อนว่าเด็กรู้สึกเช่นไร หากเด็กยังไม่สามารถสงบตัวเองได้ ขอให้ท่านไม่ต้องเร่งรีบเข้าไปเล่นกับเด็ก **แต่**!!! ให้ท่านช่วยทำให้เด็กรู้สึกอบอุ่นปลอดภัยและช่วยให้เด็กสงบตัวเองให้ได้ก่อนการเข้าไปเล่นด้วยกัน

ทั้งนี้ หากเรารีบเร่งเข้าไปหาเด็กอาจเป็นการยิ่งรุกเร้าให้เด็กกังวลมากยิ่งขึ้น ซึ่งบางครั้งเราอาจแค่นั่งอยู่นิ่งๆเฉยก่อนก็ได้ ด้วยใจที่สงบนิ่ง มั่นคง เพื่อสังเกตและรอคอยดูว่า “อะไรที่จะเด็กจะเข้าหา” พร้อมทั้งคอยสังเกตดูว่าเด็กกำลังสนใจหรืออยากจะทำอะไรบ้าง ก็ถือว่าเป็นการช่วยให้เด็กช่วยให้เขาสงบตัวเองได้เร็วกว่าการรุกเร้าเด็ก และเราเองก็จะเห็นว่าเด็กจะริเริ่มการกระทำต่างๆจากตัวเขาเองมากขึ้นด้วย ซึ่งระหว่างที่เรานั่งนิ่งๆ ด้วยใจที่สงบและก็คอยสังเกตและรับรู้อารมณ์ความรู้สึกของเด็กอยู่นั้น เป็นสิ่งที่หลายท่านอาจจะรู้สึกตะขิดตะขวงใจหรืออึดอัดใจและอาจทนไม่ไหว เพราะหากไม่เข้าใจว่าสิ่งที่เราทำกำลังช่วยเด็กอยู่นะ บางท่านอาจเกิดความรู้สึกคิดนึกในใจว่า “เอ๊ะครูหรือคุณหมอไม่เห็นจะทำอะไรเลยสักที บางท่านอาจรู้สึกว่าเมื่อไหร่จะเล่นกับลูกสักที” “บางท่านก็รู้สึกผิดเหมือนตัวเองไม่ได้ช่วยเด็ก”

ดังนั้น หากเรารู้จักสังเกตว่าสิ่งที่เราทำนั้นส่งผลกับอารมณ์ความรู้สึกเด็กเช่นไร และปรับตัวเราและสิ่งเร้าให้พอดีกับที่เด็กพอทนได้ก่อน ก็จะช่วยให้การเข้าไปสร้างสัมพันธภาพในอารมณ์อบอุ่น ปลอดภัย เกิดความไว้วางใจกันและกัน อยู่ด้วยกันได้ และเล่นสนุกด้วยกันได้ในที่สุด และที่สำคัญคือ เน้นการมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกันในทุกๆอารมณ์ ไม่ว่าจะ ตื่นเต้น กลัว กังวล โกรธ และเสียใจ เป็นต้น



สิ่งสำคัญที่สุด คือ
เราเองต้องเรียนรู้ที่จะสงบตัวเองให้ได้ก่อน
ถึงจะช่วยผู้อื่นให้สงบได้อย่างมั่นคง



ช่วยให้เด็กรู้สึก อบอุ่น ปลอดภัย
และช่วยให้เด็กส่งบตัวเอง
2.

อ่านใจของเด็ก
“อารมณ์ความรู้สึกและ
ความต้องการของเด็ก”
1.

ปรับตัวเราและสิ่งเร้า
ให้พอดีกับที่เด็กรับ
ได้/ทนไหว
(Co-regulate)
3.

หลักการสำคัญก่อนเข้าไปเล่นกับเด็ก

“เข้าใจความรู้สึกเด็ก เข้าใจรากต้นไม้”

รากต้นไม้ เปรียบเสมือน ระบบประสาทของเด็กแต่ละคนที่แตกต่างกัน

เริ่มต้นอย่างไรดี

หลักการสำคัญ คือ เริ่มต้นจากอารมณ์ความรู้สึกและความต้องการ/ความสนใจของเด็ก

ดังนั้น สิ่งแรกที่เราควรทำก่อนเข้าไปเล่นกับเด็ก **คือ** **"การสังเกตและรับรู้อารมณ์ความรู้สึกของเด็ก"** เพื่อจะได้ช่วยให้เด็กรู้สึกอบอุ่นและปลอดภัยพอที่จะเรียนรู้ และต่อมา คือ **"การสังเกตสิ่งที่เด็กต้องการหรือสนใจ"** เป็นจุดเริ่มต้นที่จะช่วยทำให้เด็กสนใจเราและอยากจะเล่นกับเรา แต่ปัญหาที่เจอบ่อยๆ คือ **"จะรู้ได้อย่างไรว่าเด็กสนใจ/ชอบ หรือไม่ชอบอะไร"** ขอแนะนำเทคนิคเบื้องต้นในการสังเกตการแสดงออกหรือการกระทำของเด็กด้วยคือ ให้ท่านลองทำตัวคล้ายกับ นกฮูก (OWL) และนักวิจัยสมัครเล่น ดังนี้

1. ทำตัวคล้ายกับนกฮูก (OWL) ในที่นี่ก็คือ ให้เป็นคนที่ช่างสังเกต

O คือ Observe คือ สังเกต "อารมณ์ความรู้สึกและความต้องการของเด็ก" *เด็กที่ยังไม่มีภาษาพูด หรือยังบอกความต้องการของตนเองไม่ได้ ให้เราสังเกตพฤติกรรมหรือการกระทำ (action) ของเด็กว่าเขาชอบทำอะไร สังเกตภาษากาย น้ำเสียง สีหน้าแววตา และท่าทาง ว่าเด็กรู้สึกอย่างไร หรือสนใจอะไร*

W คือ Waiting รอ "การริเริ่มจากตัวเด็กเอง" *รอให้นานพอ เพื่อจะได้เห็นว่าเด็กได้ริเริ่มทำอะไรหรือสนใจอะไรบ้าง หรือว่าเด็กต้องการสื่ออะไร*

L คือ Listen ฟัง "ความรู้สึกความต้องการของเด็ก" *ฟังน้ำเสียง ฟังคำพูด ฟังความต้องการของเด็ก ว่าเขากำลังต้องการจะสื่อสารบอกอะไรเรา*

2. ทำตัวคล้ายนักวิจัยสมัครเล่น คือ ให้เป็นคนที่ช่างคิด รวบรวมข้อมูล และเอามาตั้งสมมติฐาน ทดลองเล่น ดูผล

- เริ่มต้นจากสังเกตและรวบรวมข้อมูลเด็กจากพฤติกรรมการกระทำและอารมณ์ความรู้สึกและความต้องการของเด็ก
- ตั้งสมมติฐานว่า “เด็กน่าจะชอบอะไร รู้สึกอย่างไร” และเด็กน่าจะต้องการอะไร
- ทดลองเล่น คือ ลองเล่นในสิ่งที่คิดว่าเด็กน่าจะสนใจหรือชอบ วัดผล คือ

สิ่งสำคัญ คือ ให้ดูว่าสิ่งที่ท่านเล่นหรือทำนั้น เด็กตอบสนองอย่างไร เช่น

“สงบตัวเองได้ดีขึ้น หรือ ยิ่งตื่นตระหนกจนไม่สงบ”

“กลัวเพิ่มขึ้น หรือ ลดลง”

“ชอบ หรือ ไม่ชอบ” เป็นต้น

ข้อสังเกตง่ายๆ อย่างแรกคือ หากสิ่งที่เราทำนั้นเด็กชอบหรือสนใจเรา เด็กก็จะตอบสนองหรือแสดงท่าทางสนใจและอาจขอให้เราทำซ้ำอีกเรื่อยๆ แต่!!! ถ้าหากว่าสิ่งที่เราทำนั้น เด็กไม่สนใจหรือไม่ชอบ เด็กก็อาจจะเฉยๆ ไม่ตอบสนองอะไรเลย หรือยิ่งทำเด็กก็ยิ่งหนียิ่งหลบเราเพิ่มมากขึ้น เป็นต้น

อย่างที่สอง คือ เมื่อสังเกตได้ชัดเจนขึ้นแล้วว่า “เด็กรู้สึกอย่างไร เด็กกำลังสนใจอะไร ชอบ ไม่ชอบอะไร” ให้เราค่อยๆปรับตัวเราและสิ่งเร้าให้เข้ากับที่เด็กรับได้/ทนไหว เพื่อช่วยให้เด็กสงบ รู้สึกอบอุ่นปลอดภัยด้วยกัน อยู่ด้วยกันได้ก่อน จากนั้นค่อยๆเข้าไปร่วมเล่นในสิ่งที่เด็กกำลังทำอยู่ ให้เป็นเล่นด้วยกัน จนกลายเป็นสนุกด้วยกันได้ในที่สุด และสร้างความรัก ความไว้วางใจซึ่งกันและกัน สร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อกันทุกอารมณ์ (พัฒนาการขั้น 1-2) จากนั้นค่อยส่งเสริมการสื่อสารและการคิด (พัฒนาการขั้น 3-4 และ 5-6) ตามลำดับขั้นต่อไป

สังเกต รับรู้และเข้าใจ

"อารมณ์ความรู้สึกและ
ความต้องการของเด็ก"

Observe

รอให้นานพอ

จนเห็น "การริเริ่ม
จากตัวเด็กเอง"

Waiting

ฟังให้ได้ยิน...

ฟังน้ำเสียง ฟังคำพูด
ฟังความต้องการของเด็ก

Listen

สิ่งที่ควรสังเกต ก่อนเข้าไปเล่นกับเด็ก

สังเกตเด็ก และ สังเกตตัวเราด้วย

การปรับตัวเราในการเข้าไปเล่นกับเด็ก

เมื่อเราสังเกตเด็กจนเริ่มรู้จักเข้าใจในอารมณ์ความรู้สึกและความต้องการเด็ก และได้ช่วยให้เด็กสงบตัวเอง รู้สึกอบอุ่นและอยู่ด้วยกันได้แล้ว (เด็กพร้อมเล่น) การปรับตัวเราในการเข้าหาเด็ก (คนเล่นพร้อม) หรือในการเข้าไปร่วมเล่นกับสิ่งที่เด็กกำลังสนใจอยู่ให้เป็นการเล่นด้วยกันพร้อมทั้งส่งเสริมการสื่อสารและการคิดด้วยนั้น สิ่งที่เราควรปรับตัวเราให้พร้อมสำหรับการเข้าไปเล่นกับเด็กนั้นมี 3 ประการหลักๆดังนี้

1. อารมณ์และความพร้อมของเรา (ผู้เล่น) เป็นอย่างไร

นอกจาก “สังเกต” อารมณ์ความรู้สึกและความต้องการของเด็กแล้วนั้น ยังมีอีกสิ่งหนึ่งที่สำคัญไม่แพ้กันก็คือ การสังเกตและจับอารมณ์ความรู้สึกของตัวเราเอง ดังนั้นก่อนเข้าไปเล่นกับเด็ก ขอแนะนำให้ท่าน **“นึกถึงใจของเด็กและใจของเรา”** ด้วยเสมอ

หากใจหรืออารมณ์ความรู้สึกของเราผ่อนคลาย จิตใจแจ่มใสเราก็สามารถสงบและสนใจจดจ่อกับเด็กอย่างแท้จริง มีผลต่อคุณภาพการเข้าไปเล่นกับเด็กอย่างมาก ในทางกลับกัน หากเรามีความเครียด ความกังวลมาก ภาษากาย น้ำเสียง สีหน้า ท่าทางของเราก็จะแสดงออกมาตามอารมณ์ของเรา และย่อมมีผลต่อคุณภาพการเข้าไปเล่นกับเด็กอย่างมากด้วยเช่นกัน

- อารมณ์ความเครียด ความกังวล ความคาดหวังที่มากเกินไป ส่งผลทำให้เราเล่นกับเด็กไม่สนุก
- การใช้น้ำเสียง สีหน้า ท่าทางที่ดึงดูด จะช่วยเรียกความสนใจจากเด็กได้
- จังหวะสอดคล้องในการเข้าหาเด็ก (เด็กหลายคนมีปัญหาการเคลื่อนไหวของตา ควรมีจังหวะที่ช้า ถ้าเร็วไปเด็กอาจมองตามไม่ทันก็จะหลุดความสนใจ)

ปัญหาที่เจอได้บ่อยๆในห้องฝึก

อย่างแรก คือ ผู้ปกครองที่มีความเครียดและความกังวลมากๆ เราจะรับรู้ได้ชัดเจนเลยว่า ผู้ปกครองจะเล่นกับเด็กด้วยความเครียด ความเหนื่อยล้า อ่อนแรง เล่นแบบไร้อารมณ์ ซึ่งตรงนี้ค่อนข้างยากที่ครูฝึกจะนำพาต่อในชั่วโมงการฝึกเพียงชั่วเวลาสั้นๆได้เช่นกัน

อย่างที่สองคือ ขณะที่สังเกตการเล่นระหว่างผู้ปกครองและเด็ก ผู้ใหญ่มักจะเริ่มต้นเล่นจากความคาดหวังหรือความอยากที่จะชวนลูกเล่นให้สนุกให้ได้ ตั้งใจมาก จนทำให้มองไม่เห็นความสนใจหรือความต้องการของเด็กอย่างแท้จริง สองคนก็สองใจ ต่างคนก็ต่างมีความต้องการและ/หรือมีความสนใจกันคนละอย่าง สุดท้ายก็เล่นด้วยกันไม่สนุก หรือเข้ากันไม่ได้

ดังนั้น ก่อนเข้าไปร่วมเล่นกับเด็ก หรือหลังเล่นกับเด็ก ฝึกสำรวจอารมณ์ความรู้สึกของตัวเองด้วยบ่อยๆ ขณะฝึกหรือเล่นกับเด็ก เราว่ารู้สึกอย่างไร ทำไมถึงรู้สึกเช่นนั้น หมั่นสำรวจความรู้สึกตนเองบ่อยๆ จะช่วยให้เราเท่าทันความรู้สึกของตนเองได้ดียิ่งขึ้นและจะช่วยให้เราสังเกตและเท่าทันอารมณ์ความรู้สึกของเด็กด้วยเช่น

สรุปสิ่งสำคัญ คือ

“อ่านใจตัวเองด้วย”

การสงบจิตสงบใจตัวเองให้ได้ก่อน !!!

โดยฝึกสำรวจอารมณ์ความรู้สึกของตัวเองบ่อยๆ

เรียนรู้วิธีในการดูแลและจัดการอารมณ์ความรู้สึกของตนเองให้ได้ก่อน เราถึงจะช่วยให้เด็กเข้าใจและจัดการอารมณ์ความรู้สึกของตนเองได้

คุณรู้สึกสดชื่น กายใจพร้อมอยู่กับเขา

“เธอเล่นอะไร ฉันเล่นด้วยนะ”

“มีเวลาที่อบอุ่น เป็นสุข สนุก ด้วยกัน”

คุณรู้สึก “เหนื่อย เหนื่อยเหลือเกิน”

ตึงเกินพอดี

(ตั้งใจดี แต่วิธีการไม่เหมาะ)

“ฉันอยากให้เธอเล่นกับฉัน!!!”

“กำกับควบคุมการเล่นมากไป”

คุณรู้สึก “เครียด เศร้า กังวล สับสน”

อารมณ์และความพร้อมของเรา

“ฝึกสำรวจอารมณ์ความรู้สึกของตัวเองบ่อยๆ”

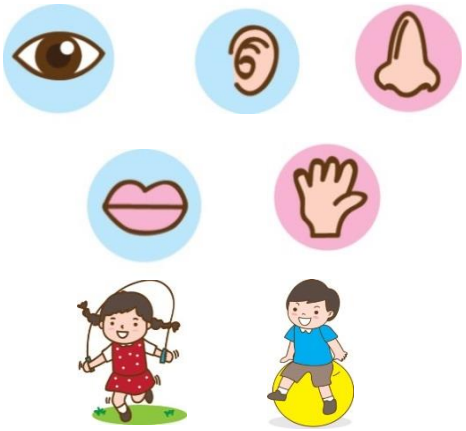
“อ่านใจตัวเองด้วย”

2. ใช้ช่องทางระบบประสาทสัมผัส

สัมผัส 7 ช่อง

ใช้หลักช่องทางระบบประสาทสัมผัสหลายๆช่องทาง มีทั้ง 7 ระบบ ดังนี้

1) มองเห็น (ตา): ภาพ/แสง/สี
2) ได้ยิน (หู): เสียง
3) ดมกลิ่น (จมูก)
4) รับรส (ลิ้น)
5) สัมผัส (กาย)
6) เคลื่อนไหวทรงตัว
7) เอ็นและข้อต่อ



ซึ่งเด็กแต่ละคนมีความไว ความเฉื่อย ของระบบรับความรู้สึกที่แตกต่างกัน

ระบบการรับรู้ไว คือ สิ่งกระตุ้นนิดเดียว ก็รู้สึกมาก

ระบบการรับรู้เฉื่อย คือ สิ่งกระตุ้นต้องแรงๆ ถึงจะรู้สึก

ดังนั้นการ ***"สังเกตสิ่งที่เด็กชอบหรือสนใจ"*** ลองสังเกตดูว่าสิ่งที่เด็กชอบทำหรือชอบเล่น นั้นสอดคล้องกับระบบประสาทสัมผัสไหนบ้างใน 7 ช่องทาง เช่น เด็กชอบมองอะไร ชอบสัมผัสแบบไหน ชอบเสียงแค่ไหน ชอบการเคลื่อนไหวแบบไหน ก็ให้เล่นในแบบนั้นตามที่เด็กชอบ

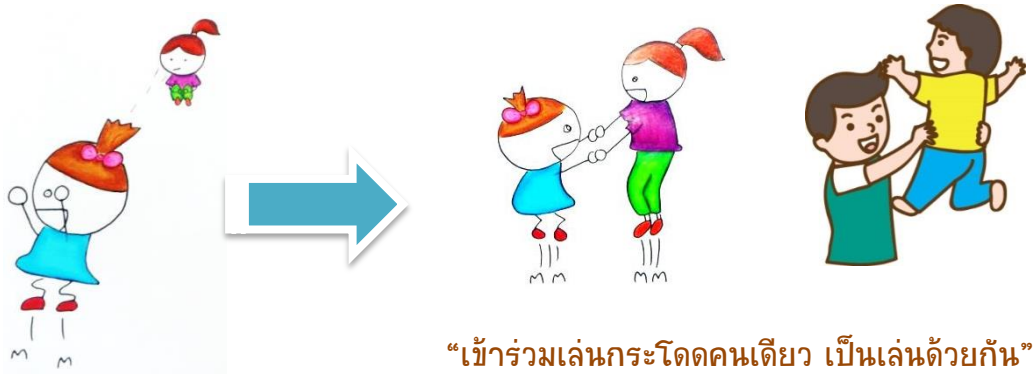
กุญแจสำคัญ คือ
"สังเกตสิ่งที่เด็กชอบหรือสนใจ"
เด็กชอบช่องไหน ก็เล่นช่องทางนั้น

ตัวอย่างเช่น

เด็กบางคน***ชอบกระโดดคนเดียว*** ท่านอาจจะ***เข้าไปร่วมวิ่งเล่นด้วยกัน หรืออาจลองช่วยให้เด็กกระโดดให้สนุกๆมันๆด้วยกัน*** เด็กก็อาจจะชอบใจและอยากเล่นกับท่านอีก หรือท่านจะลองเล่นกันสามคนพ่อแม่ลูกด้วยกันเล่นคล้ายเปลญวนก็ได้ โดยคนหนึ่งจับสองแขนอีกคนจับสองขาแล้วแกว่ง อาจแกว่งซ้ายขวา หรือขึ้นบนลงล่าง แล้วแต่ทิศทางที่เด็กชอบ

เด็กบางรายอาจจะชอบเสียง เวลาเด็กทำอะไรได้สักอย่างก็ตาม ท่านอาจจะส่งเสียงเชียร์สนุกๆตามด้วยทุกครั้งสม่ำเสมอ เด็กที่ชอบเสียงก็อาจจะหันมาสนใจท่านด้วยแววตาที่สดใส ชอบใจ และบางคนก็อาจจะเลียนแบบท่านเลยทีเดียวหากชอบใจมาก แต่เด็กบางรายที่ไม่ชอบเสียงดังๆก็อาจตกใจก็ได้หากท่านส่งเสียงเชียร์ที่ดังเกินไป หากเป็นอย่างหลังขอให้ท่านปรับระดับเสียงเชียร์สนุกให้พอดีกับที่เด็กชอบหรือทนไหวเพื่อใช้สร้างสัมพันธภาพที่สนุกๆด้วยกันก่อนในช่วงเริ่มต้น

เด็กบางรายชอบและพอใจเวลาที่ได้ท่านขยับร่างกายไปมา หรือเวลาท่านทิ้งตัวลง (ชอบเห็นภาพที่ชัดๆ) บางครั้งหากเด็กบังเอิญทำอะไรสักอย่างกับท่านแล้ว ท่านลองให้ผลให้เด็กเห็นได้ชัดๆเด็กก็จะสนใจท่านมากขึ้นได้เช่น ทุกครั้งที่เด็กผลักท่านแม้นิดเดียว แต่ท่านก็กระเด็นไปซะไกลเชียว เป็นต้น



“เข้าร่วมเล่นกระโดดคนเดียว เป็นเล่นด้วยกัน”

ทั้งหมดที่กล่าวมานี้ หากเด็กชอบสนใจ และเริ่มติดใจแล้ว หากท่านลองหยุดและรอให้นานขึ้น ตั้งท่าลุ้นๆไว้ คราวนี้เมื่อเด็กอยากจะเล่นอีก เด็กจะริเริ่มสื่อสารความต้องการที่แท้จริงออกมาเองอย่างชัดเจน ผ่านทางภาษากายต่างๆ ทั้งการแสดงออกทางสีหน้า แววตา น้ำเสียงและท่าทางเพื่อสื่อสารบอกความต้องการของตนเองเพื่อให้ท่านเล่นกับเขาอีก

ขอเล่าตัวอย่างเคส “เล่นในสิ่งที่คาดว่าเด็กชอบสนใจ”

มีอยู่ครั้งหนึ่ง เป็นเคสเด็กผู้หญิงเข้ามาในห้องระหว่างที่ครูพูดคุยกับพ่อแม่เด็ก เด็กก็เข้าไปนั่งในอ่างครึ่งวงกลมที่นั่งโยกเยกได้ สิ่งที่สังเกตเห็นคือ **เด็กชอบนั่งโยกตัวเบาๆในอ่าง** แต่พอมีผู้ใหญ่คนหนึ่งเข้าไปชวนเล่นโดยการเข็นอ่างบอลไปหาพ่อกับแม่ และชวนเด็กให้สวัสดี เด็กก็ทำตามได้

แต่สิ่งที่เห็นคือ พอเลิกเข็นอ่างบอลให้เด็กก็นั่งโยกตัวคนเดียวต่อ คราวนี้ครูก็เลย**ลองเข้าไปช่วยโยกอ่างบอลให้**สักพัก**เด็กก็ยิ้มพอใจ** เราก็**ทำซ้ำอีกหลายครั้ง**พร้อมกับส่งเสียงโยกเยกๆทุกครั้งที่ทำด้วย ทำซ้ำอยู่หลายครั้ง เด็กชอบใจและแสดงสีหน้าแววตาเปล่งประกายชอบใจ บ่งบอกความพอใจอย่างมาก

พอเรา**เริ่มชะลอและรอให้นานขึ้น**โดยที่ยังไม่ทำใหม่ คราวนี้**เด็กลุกขึ้นหันมาที่เราและก็จับมือมาที่อ่างบอลแล้วมองหน้าเราพร้อมบอกว่า “โยกเยก”** ครูดีใจมากเพราะเด็กสนใจและสื่อสารกับเราแล้ว ว้าววว...นี่สินะที่บอกว่า ถ้าเราเล่นได้ตรงและสอดคล้องกับความต้องการของเด็กก็จะอยากเล่นและสื่อสารกับเราด้วยตัวและหัวใจของเขาเอง โดยที่เราไม่ต้องสั่งหรือควบคุมเขาเลย

สรุปตามหลักง่ายๆเวลาเริ่มต้นเล่นกับเด็ก คือ

* สังเกตๆๆ สิ่งที่เด็กชอบ คือ **เด็กชอบนั่งโยกตัวเบาๆในอ่าง** (ระบบเคลื่อนไหวทรงตัว)

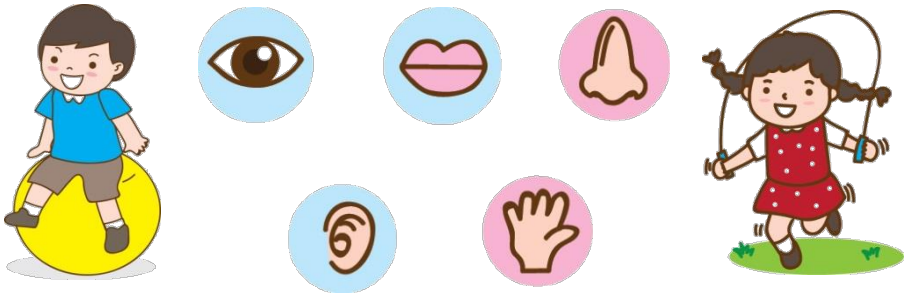
* เข้าไปร่วมเล่น **โดยให้สิ่งที่เด็กชอบตรงกับความต้องการ**ของเด็ก คือ **ลองเข้าไปช่วยโยกอ่างบอลให้** เด็กชอบ พอใจ สนใจ อยากเล่นอีก

สรุปการใช้ช่องทางระบบประสาทสัมผัส

โดยอยู่บนหลักการสำคัญ คือ

เริ่มต้นจากความต้องการ/ความสนใจของเด็ก

“เด็กชอบช่องไหน ก็เล่นช่องทางนั้น”



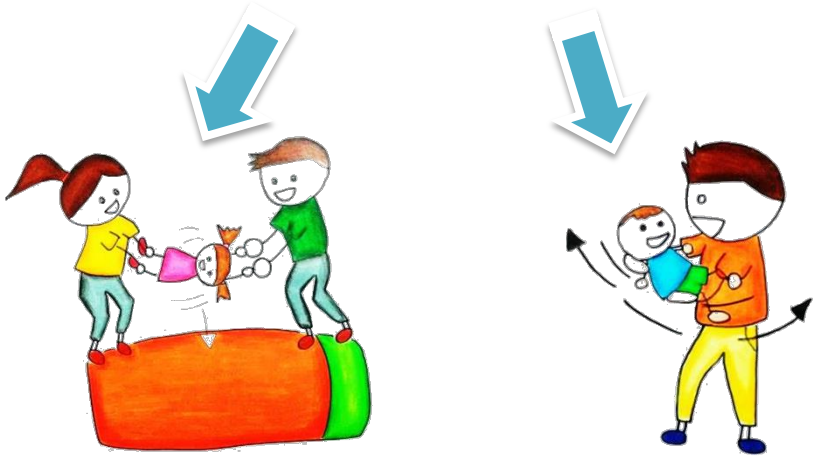
ลองสังเกตดูว่า **“สิ่งที่เด็กชอบ/ไม่ชอบ”**

นั้นอยู่ในระบบประสาทสัมผัสไหนใน 7 ช่องทาง

(ภาพ สัมผัส แสง สี เสียง กลิ่น การเคลื่อนไหวทรงตัว และเอ็นข้อต่อ)

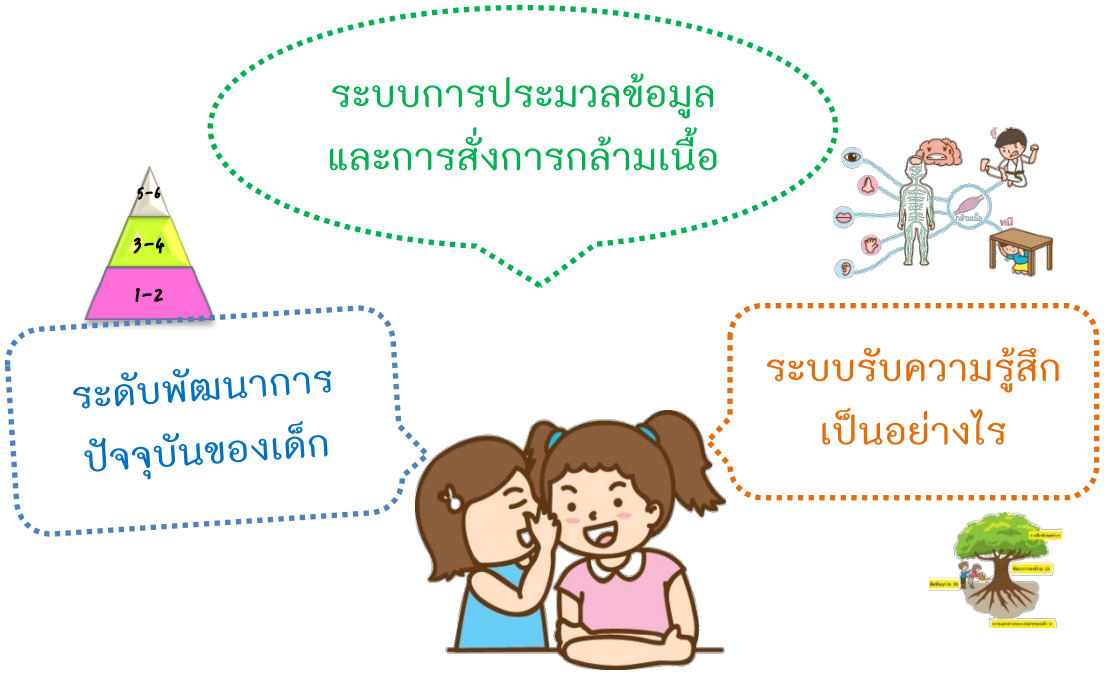
แล้วเข้าไปร่วมเล่นด้วย ในสิ่งที่เด็กชอบทำ ให้เป็นการเล่นด้วยกัน

เพื่อให้เด็กสนใจ จดจ่อ และกระตุ้นการสื่อสารและการคิดตามลำดับ



3. ปรับวิธีการให้เหมาะสม

ตามที่มีการเปรียบเทียบการเติบโตของเด็กเหมือนการปลูกต้นไม้นั้น หากเรา/ผู้ดูแลเรียนรู้และทำความรู้จักต้นไม้ของเราว่า ต้องการปุ๋ยแบบใด ต้องการน้ำและแสงมากน้อยแค่ไหน และการเข้าใจในระดับพัฒนาการที่ใช้การได้ของเด็ก จะช่วยให้เราปรับวิธีการในการดูแลต้นไม้ได้อย่างเหมาะสม ต้นไม้ของเราก็จะเจริญเติบโตได้อย่างที่ควรจะเป็น การปรับวิธีการให้เหมาะนั้นควรคำนึงถึง 3 ประการดังนี้



ปรับวิธีการให้เหมาะสม

3.1 ปรับเทคนิควิธีการให้ตรงระดับพัฒนาการปัจจุบันของเด็ก

บางครั้งเด็กที่มีพื้นฐานพัฒนาการที่ใช้การได้ในแต่ละขั้นยังไม่สมบูรณ์ เราอาจจะต้องสังเกตและประเมินว่า ณ ช่วงเวลาที่เล่นกับเรานั้นเด็กอยู่ในระดับขั้นพัฒนาการไหน ก็ให้เล่นด้วยเทคนิคการเล่นในระดับพัฒนาการขั้นนั้น เช่น

หากเด็กยังเล่นคนเดียว ไม่ค่อยสนใจคนเลย พูดด้วยก็ไม่ค่อยตอบสนองอะไรเลย แยกตัว ก็ให้เข้าเล่นด้วยเทคนิคขั้น 1-2 คือ ช่วยให้เด็กสงบ อบอุ่นปลอดภัย แล้วค่อยหาจังหวะในการเล่นสนุกด้วยกันเยอะๆ

หากเด็กสนใจคนแล้ว แต่ยังแสดงออกด้วยภาษากายน้อย หรือยังทำอะไรซ้ำๆ การคิดริเริ่มน้อย ก็ให้เข้าเล่นด้วยเทคนิคขั้น 3-4 คือ รอการริเริ่มจากเด็กเยอะๆ และตอบสนอง

การริเริ่มจากความต้องการของเด็กเยอะๆ พร้อมทั้งเล่นสนุกด้วยกันให้ซับซ้อนขึ้น แกล้งงง แบบสนุกๆแล้วค่อยท้าทายแบบสนุกเพิ่มขึ้น เป็นต้น

3.2 ระบบรับความรู้สึกเป็นอย่างไร

การสังเกตว่าเด็กมีระบบรับความรู้สึกเป็นอย่างไร ก็จะช่วยให้เราเข้าหาได้เหมาะกับระบบการรับรู้ของเด็ก และทำให้เราเล่นกับเด็กได้อย่างต่อเนื่อง หากเล่นได้อย่างพอเหมาะกับที่เด็กต้องการ (ทั้ง 7 ช่องทาง เช่น มองเห็น ได้ยิน สัมผัส การทรงตัว เอ็นและข้อต่อ)

สิ่งสำคัญ คือ ปรับระดับการกระทำ คำพูด น้ำเสียง ท่าทาง การเคลื่อนไหวของเรา ให้พอดีกับระดับที่เด็กรับได้หรือทนไหว

ตัวอย่างเช่น

ขณะที่เด็กทั่วไปคนหนึ่งอาจจะกำลังรู้สึกเพลิดเพลินกับเสียงร้องเพลงอยู่ แต่เด็กที่เกิดมาพร้อมกับระบบประสาทและระบบการรับรู้ไว (สิ่งกระตุ้นนิดเดียว ก็รู้สึกมากแล้ว) เด็กอาจไม่ได้ชอบเวลาได้ยินเสียงเพลงนั้น เนื่องจากการรับรู้สิ่งเร้าและปฏิกิริยาการตอบโต้จะสูงกว่าเด็กอื่นทั่วไป และจะถูกมองว่าเป็นเด็กขี้กลัวขี้กังวลกว่าปกติ ซึ่งตรงนี้หากเราเข้าใจในความแตกต่างของเด็กแต่ละคนว่า สำหรับเด็กที่มีการรับรู้ที่ไวมากกว่าปกติ เราอาจจะต้องปรับลดระดับความดังของเสียงให้พอเหมาะกับที่เด็กรับได้และรู้สึกสบาย ก็จะช่วยให้เด็กสงบตัวเองได้และพร้อมที่จะเรียนรู้สิ่งต่างๆได้โดยไม่ต้องกลัวหรือกังวลกับเสียงเพลงที่เร้าจนเกินไปได้

ในทางกลับกันเด็กที่มีระบบรับรู้เฉื่อย (เสียง) การพูดด้วยน้ำเสียงเบาๆ ธรรมดาๆ อาจไม่น่าดึงดูดมากพอ เด็กอาจจะไม่สนใจ ไม่ตื่นตัวพอที่จะสนุกด้วยกันได้ เราอาจจะต้องปรับน้ำเสียงให้น่าตื่นเต้นและสนุกๆเพิ่มมากขึ้น เพื่อกระตุ้นให้ถึงขีดความสนุกและความตื่นตัวด้วยเช่นกัน

หากเด็กที่ชอบเล่นผาดโผน เล่นแรง (ระบบการรับรู้เฉื่อย คือ สิ่งกระตุ้นต้องแรงๆ ถึงจะรู้สึก) เราอาจจะต้องปรับเพิ่มระดับความแรงในการเล่นกับเด็ก เพื่อให้ถึงขีดความสนุกของเด็ก หากเล่นเบาๆเด็กก็อาจจะไม่สนใจ

หากเด็กที่ไวกับภาพ หรือ วัตถุมากๆ เช่น การเคลื่อนที่ของเรา ระยะห่างระหว่างตัวเรากับเด็ก สีหน้าแววตา และท่าทางของเรา ก็ส่งผลกับอารมณ์ความรู้สึกเด็กได้เช่นกัน ดังเช่น หากเราเข้าหาเด็กด้วยจังหวะที่ช้าๆ สม่ำเสมอมีระยะห่างที่เด็กรู้สึกสบายใจ ก็จะช่วยให้เด็กพอทนไหวและยังคงสามารถเชื่อมต่อการมองและเล่นด้วยกันได้มากขึ้น ในทางกลับกัน หากเราเคลื่อนไหวเร็ว เยอะเกินไป จนเด็กรู้สึกคาดเดาทิศทางหรือตำแหน่งของเราไม่ได้แน่นอน ระยะห่างระหว่างเด็กกับเราก็อยู่ในระยะประชิดตัวเกินไป จนรู้สึกว่าถูกรุกล้ำพื้นที่ปลอดภัย เด็กก็อาจจะกลัวกังวลจนไม่สามารถทนได้ เด็กที่ไวความรู้สึกมากๆก็อาจปิดการรับรู้ จนในที่สุดอาจแยกตัวไปเล่นคนเดียว หรือกลับไปหมกมุ่นอยู่กับวัตถุบางอย่าง แทนการพึ่งพิงคนไปเลยก็มี เป็นต้น

ดังนั้น ขอให้ท่าน สังเกตว่าสิ่งแวดล้อมใดที่ส่งผลกับอารมณ์ความรู้สึกเด็ก หรือการกระทำอะไรของเรา (อาทิ ท่าทาง น้ำเสียง สายตา การเคลื่อนไหว หรือแม้กระทั่งอารมณ์ความรู้สึกของเราเองด้วย) ว่าส่งผลกับอารมณ์ความรู้สึกเด็กอย่างไรบ้าง

ยิ่งเราสังเกตเด็กและสังเกตตัวเองได้มากเท่าไหร่ ก็จะยิ่งรู้จักเด็กมากขึ้น ทำให้เราปรับตัวเราในการเข้าหาและร่วมเล่นกับเด็กได้ และเล่นด้วยกันได้นานต่อเนื่องขึ้นได้ จากนั้นค่อยๆปรับสิ่งเร้าเพิ่มขึ้นทีละนิดทีละหน่อย ให้เด็กเผชิญสิ่งเร้าเพิ่มขึ้น ด้วยความสนุกและท้าทายอย่างค่อยเป็นค่อยไป

สิ่งสำคัญ คือ การปรับระดับ ท่าทาง การกระทำ คำพูด น้ำเสียง หรือการเคลื่อนไหวของเรา ให้พอดีกับระดับที่เด็กรับได้หรือที่เด็กต้องการ (Co-regulate)

3.3 ระบบการประมวลข้อมูลและการสั่งการกล้ามเนื้อ

ในเด็กที่มีปัญหาพัฒนาการล่าช้า หลายคนจะมีระบบการประมวลข้อมูล (ความเข้าใจ) และระบบสั่งการกล้ามเนื้อ (การตอบสนอง) ที่ค่อนข้างลำบากและติดขัด

ตัวอย่างเช่น

บางคนมีความยากลำบากในการประมวลข้อมูลที่ได้ยิน หากเราพูดเยอะๆ ยาวๆ เด็กอาจจะฟังไม่ทันและไม่เข้าใจในสิ่งที่เราพูดด้วย เพราะสมองของเขามีความลำบากในการประมวลข้อมูล อาจจะสะเปะสะปะ ก็ทำให้ไม่เข้าใจ หากเราพูดเยอะๆยาวๆ

เมื่อเราพูดเยอะๆยาวๆๆ หูได้ยิน แต่สมองตีความติดขัด

ดังนั้นเราอาจต้องปรับตัวเราให้**พูดโดยใช้คำ “สั้นๆ ชัดๆ”** สม่ำเสมอ และ **“ใช้ท่าทางประกอบด้วย”** จะช่วยให้เด็กมองเห็นภาพชัดเจนขึ้นด้วย จะช่วยทำให้เข้าใจคำพูดที่ได้ยินได้ง่ายขึ้น เป็นต้น

(WAA คือ Word: คำสั้นๆ Affect: น้ำเสียง/อารมณ์ Action: ท่าทาง)

เด็กบางคนอาจมีความลำบากในเรื่องการสั่งการกล้ามเนื้อที่ล่าช้ากว่าปกติ ควรเริ่มต้นเล่นจากขั้นตอนง่ายๆ และค่อยๆเพิ่มความซับซ้อนขึ้น หากเราไม่ช้าๆ หรือเล่นอะไรที่ดูซับซ้อนเกินไปเด็กก็อาจจะตามไม่ทัน เพราะเด็กรู้สึกว่ายากเกินไป

ตัวอย่างเช่น

หากสิ่งที่เด็กเล่นและเด็กทำได้คือ สนุกกับการที่เราพยุงตัวขึ้นนั่งโยกตัวเล่นสนุกบนบอลใหญ่ พอเราแกล้งหยุดเด็กอาจส่งสัญญานเรียกให้เราโยกลูกบอลให้อีกได้ แต่หากเราแกล้งทำเป็นเสมือนการพยุงตัวเด็กค่อยๆหล่นต่ำลงเรื่อยๆจนเท้าเด็กหล่นถึงพื้น หากเราคาดหวังจะให้เด็กขึ้นไปนั่งบนบอลใหญ่ที่ค่อนข้างสูงเอง อาจจะยากลำบากเกินไปสำหรับเขา เด็กอาจจะงง เพราะไม่รู้จะขึ้นไปได้อย่างไร อยากขึ้นไปนั่งนะแต่ก็ไม่รู้ทำไงดี เด็กบางคนได้แค่ส่งสายตามอง เด็กบางคนอาจทำท่าเหมือนจะยกเท้าขึ้นจากพื้นนิดหน่อย ขณะที่การสื่อสารเพื่อการแก้ปัญหาก็ยังน้อย และการสั่งการร่างกายก็ติดขัดและมีความยากลำบากทั้ง 2 เรื่อง เด็กบางคนก็อาจเลิกเล่นไปเลย ทำอะไรไม่ถูก เพราะยากเกินไป เลยกลับไปเล่นคนเดียวต่อก็มี

แต่หากเราสังเกตเห็นภาษาท่าทางตรงนี้ ก็อาจตอบสนองการแสดงออกของเด็กและอาจช่วยวางเก้าอี้เตี้ยๆใกล้ๆให้ปีนขึ้นง่ายๆหน่อย (ให้การปีนขึ้นนั้นไม่ยากเกินไป) หรืออาจช่วยพยุงลำตัวเพื่อให้เด็กทำได้ก่อนในช่วงแรกๆ หากทำแล้วค่อยๆเพิ่มความซับซ้อนขึ้น เช่น อาจขยับแท่นปีนให้ห่างไปทีละนิดเพื่อดูว่าเด็กจะทำอย่างไรเพื่อการแก้ปัญหาตรงนี้ ซึ่งเด็กที่การสั่งการร่างกายไม่ค่อยคล่องแคล่วส่วนใหญ่ก็มักจะใช้การสื่อสารเพื่อการแก้ปัญหามากกว่าที่จะลงมือทำด้วยตนเอง เป็นต้น

สิ่งสำคัญ คือ หากเล่นกับเด็กได้สนุกมากพอ ความต้องการในอารมณ์สนุกจนติดใจจะกลายเป็นแรงผลักดันภายในที่ช่วยส่งเสริมให้เด็กสั่งการร่างกายเพื่อทำตามความต้องการของตนเองได้ดียิ่งขึ้น แต่งานนั้นต้องไม่ยากและซับซ้อนเกินไป ควรเริ่มจากงานที่มีขั้นตอนง่ายๆ ไปสู่งานที่ยากขึ้นทีละนิดๆ

กรณีตัวอย่าง จากประสบการณ์คุณพ่อน้องเอก
“ให้เวลาลูกในการประมวลผลผ่านการได้ยินและสั่งการร่างกาย”

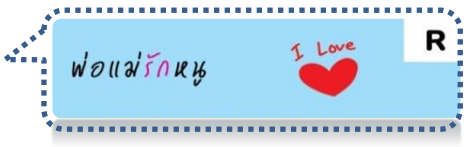
มีคุณพ่อท่านหนึ่งได้เล่าเรื่องราว จากการประมวลภาพรวมจากทั้งการสังเกตลูกและจากประสบการณ์ที่ได้ลงมือทำอย่างสม่ำเสมอ

คุณพ่อเล่าให้ฟังว่า ผมก็ได้ผ่านการลองผิดลองถูกมาหลายครั้งแล้วครับครู ตอนนี้ผมเริ่มจับสังเกตสิ่งที่ลูกตอบสนองจากการกระทำและคำพูดของผมได้ชัดเจนแน่นอนแล้วว่า หากครั้งไหนถ้าผมจะบอกให้เขาทำอะไรสักอย่าง ถ้าผมพูดออกไปสักประโยคหนึ่ง ผมต้องรอคอยเขาสักพักหนึ่งเลย ให้เวลาเขาสักพัก เขาจะก็จำทำตามที่ผมบอกได้ถูกต้อง แต่ถ้าไม่รอ ไม่ให้เวลาให้เขาได้คิดสักแป๊บหนึ่ง แล้วเราไปเร่ง ไปสั่งเขาซ้ำบ่อยๆ เขาจะชะงักทันที และสีหน้าท่าทางเขาจะดูงง สับสน สุดท้ายเขาก็จะทำอะไรไม่ถูก

ผมสังเกตจากที่ทำกับลูกบ่อยๆ มันเป็นเช่นนี้จริงๆครับครู มีหลายครั้งที่ผมสังเกตเห็นว่าหากมีใครไปสั่งอะไรเขาตอนที่เขากำลังคิดอยู่ (หลังจากเขาได้รับคำสั่งแล้ว) บางครั้งเขาก็จะหงุดหงิด แต่พอผมลองพูดกับเขาด้วยประโยคช้าๆชัดๆ แล้วรอเขาสักพัก (ให้เวลาเขาประมวลและคิด) ผลที่ได้คือ เขาก็จะทำได้ทุกครั้งและไม่มีสีหน้าท่าทางที่สับสน และก็ไม่หงุดหงิดเลยครับ

ดังนั้นสิ่งที่ผมได้เรียนรู้วิธีการที่จะพูดคุยให้ลูกเข้าใจ คือ ผมต้องพูดช้าๆและชัดๆ และที่สำคัญ คือ คอยเขาสักพักหนึ่งก่อน (ให้เวลาประมวลผลก่อน) นี่คือวิธีที่ผมใช้พูดคุยกับลูกครับ

ซึ่งเมื่อก่อนผมไม่เข้าใจว่าทำไมเขาหงุดหงิดบ่อยมากเวลาที่ผมบอกให้เขาทำอะไรในหลายๆครั้ง ที่ผมไปพูดซ้ำย้ำในขณะที่เขากำลังคิดจะทำอยู่ พอผมจับสังเกตแบบนี้ได้ ผมเห็นชัดเลยว่าลูกหงุดหงิดน้อยลง



ณ ตอนนี้สิ่งที่ผมรู้สึกได้ถึงความเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้นก็คือ เขาไว้วางใจในตัวผมเพิ่มขึ้น และเราเข้าใจกันมากขึ้นครับ

หากเรารู้สึกเข้าใจและยอมรับในความแตกต่างนี้ได้ เราจะมีความเห็นอกเห็นใจในความติดขัดและความลำบากของเด็กอย่างแท้จริง ภาษากายและการแสดงออกของเราจะออกมาจากใจที่ยอมรับเขาจริงๆ เราจะรอเขาได้นานขึ้น เราจะใจเย็นได้มากขึ้น ไม่โมโหว่าทำไมแค่นี้ถึงทำไม่ได้ ไม่โกรธที่เขาโกรธกับเรื่องบางเรื่อง ที่อาจเป็นเรื่องเล็กๆสำเรา แต่อาจจะลำบากมากสำหรับเขา เวลาที่เห็นเขาทำท่าทางแปลกๆ ซึ่งจะช่วยให้เราปรับตัวเราให้เข้ากับเด็กได้มากขึ้น และเด็กเองก็เชื่อใจและไว้วางใจเรามากขึ้นเช่นกัน เกิดความเข้ากันได้อย่างพอดีหรือพอทนได้ เด็กก็จะสนใจจดจ่อ และเล่นกับเราได้มากขึ้นได้ด้วย

ดังนั้น หมั่นสังเกตว่าเด็กมีการตอบสนองและแสดงออกอย่างไร กับการกระทำของเราอย่างไรบ้าง (ทั้งจังหวะ คำพูด น้ำเสียง สีหน้า แววตา ท่าทาง หรือการเคลื่อนไหว ทิศทาง ระยะห่าง) เราทำแล้วเด็กชอบหรือไม่ชอบ เข้าใจหรือไม่เข้าใจ หากเราค่อยๆเรียนรู้และปรับตัวเราให้เข้ากับเด็กได้ก่อน การช่วยนำพาเด็กเพื่อส่งเสริมพัฒนาการขั้นๆต่อไปก็ง่ายขึ้น โดยค่อยๆเพิ่มความซับซ้อนและฝึกทักษะเพิ่มเติมด้วย

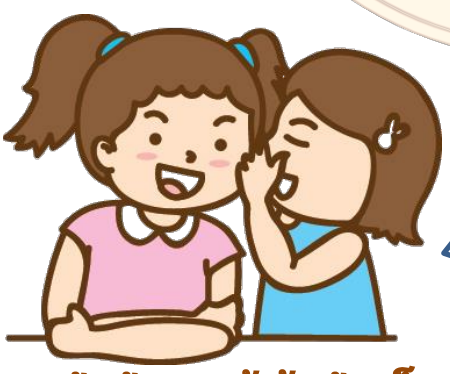
ทั้งนี้ ในเรื่องของระบบการรับรู้ ระบบการประมวลข้อมูล (ความเข้าใจ) และระบบสั่งการกล้ามเนื้อ (การตอบสนอง) ควรหาโอกาสประเมินกับนักกิจกรรมบำบัดร่วมด้วย

หมั่นสังเกตว่า **“เด็กมีการตอบสนองและแสดงออกอย่างไร กับการกระทำของเรา”** ค่อยๆเรียนรู้และ **ปรับตัวเราให้เข้ากับเด็ก**ได้ก่อน

(พอดีกับที่เด็กต้องการ)

ปริมาณสิ่งเร้าพอดี
“....ใช่เลยครับ/คะแม่”

หากเรารู้สึกเข้าใจและยอมรับใน
ความแตกต่างนี้ได้ เราจะมี
“ความเห็นอกเห็นใจ”
ในความติดขัดและความล่าบากของ
เด็กอย่างแท้จริง
“ภาษากายและการแสดงออก
ของเราจะออกมาจากใจจริงๆ”
เราจะรอเขาได้และใจเย็นได้มากขึ้น
เด็กก็ไว้วางใจเรา เราจะเข้ากันได้
“ปรับจากความเข้าใจ”



ปรับตัวเราให้เข้ากับเด็ก

(Co-regulate)

เริ่มต้นเข้าไปเล่นกับเด็ก อย่างไรให้สนุก

- ทำให้เด็กสนใจเราก่อน !!!
- ให้เด็กเป็นผู้ริเริ่ม ผู้ใหญ่เข้าไปร่วมเล่น และเราเป็นผู้ตาม
- เล่นตามในสิ่งที่เด็กชอบ หรือสนใจ หรือสิ่งที่เด็กต้องการ
- เมื่อเริ่มต้นเล่น ให้เล่นแบบง่ายๆ ขั้นตอนเดียว เล่นซ้ำๆ ไม่ต้องเปลี่ยนบ่อยๆ

สิ่งสำคัญอันดับแรก คือ ทำให้เด็กสนใจเราก่อน เมื่อเด็กสนใจเราแล้ว ให้เริ่มต้นเล่นในสิ่งที่เด็กชอบซ้ำๆๆแบบเดิม ทำให้เป็นสิ่งง่ายๆ เพื่อช่วยให้เด็กเข้าใจได้ง่าย และคาดการณ์ได้ว่าจะเกิดอะไรขึ้นอีกครั้ง เด็กก็จะสนใจจดจ่อได้นานต่อเนื่องและรู้สึกสนุกมากขึ้น อะไรที่ยากและซับซ้อนเกินไป ข้อมูลที่มีมากเกินไป สมองของเด็กจะประมวลข้อมูลทั้งหมดไม่ทัน (เนื่องมาจากความแตกต่างของระบบประสาทของเด็กที่มีความบกพร่อง) คาดการณ์ไม่ได้ ไม่เข้าใจ สุดท้ายความสนุกก็ไม่เกิด

ฉะนั้น ในการเริ่มต้นเข้าไปร่วมเล่นกับเด็ก ให้เล่นแบบง่ายๆซ้ำไปซ้ำมาในสิ่งที่เด็กชอบสนใจหรือสิ่งที่เด็กต้องการ เพื่อทำให้เด็กสนใจเราก่อน รู้สึกอบอุ่นปลอดภัย ไว้วางใจและสนใจกันก่อน

ขอเล่าตัวอย่างจากประสบการณ์ในห้องฝึก

ที่รู้สึกประทับใจในบริบทต่างๆ ตั้งแต่เรื่องตัวอย่างของการรอและสังเกต การริเริ่มจากตัวเด็ก และการเข้าไปร่วมเล่นสนุก ดังนี้นะคะ

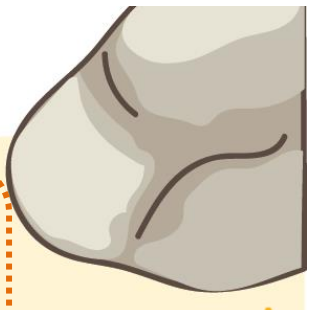
1. “การรอและสังเกต การริเริ่มจากตัวเด็กเอง”

กรณีนี้น่าสนใจตรงที่ คุณพ่อตั้งใจในการเล่นกับลูกมาก ชวนลูกเล่น รับส่งบอลลูกก็ส่งบอลให้ พ่อได้ พ่อเชียร์ลูกก็ยิ้ม พ่อสั่งลูกก็ทำตามที่พ่อบอกได้เกือบทุกอย่าง ไม่ว่าจะเป็นรับบอล ส่งบอลให้พ่อ หรืออื่นๆที่อยู่รอบๆตัวพ่อส่งอะไรก็หยิบให้พ่อได้

แต่ที่น่าแปลกใจก็คือ เมื่อครูบอกว่า “คุณพ่อคะ ลองให้น้องได้เล่นเองดูบ้างได้มั้ยคะ โดยที่เราไม่บอกไม่สั่งให้เล่นตามที่ผู้ใหญ่บอก ให้เรารอและคอยสังเกตดูเฉยๆก่อนสักพักหนึ่ง”

สิ่งที่เราสังเกตเห็นก็คือ เด็กเดินไปเดินมา และเริ่มเดินไปมุดเข้าไปนั่งในอุโมงค์เล่นคนเดียว เด็กไม่เล่นแบบที่คุณพ่อชวนเล่น ทั้งที่ก็ตอบสนองพ่อได้หมดเลย เมื่อครูค่อยๆชะเง้อหน้าอย่างช้าๆใกล้อุโมงค์ **เข้าไปจ๊ะเอ๋ เด็กก็สนใจ ครูทำซ้ำใหม่** อีกปรากฏว่าเด็กเริ่มสนใจมอง เล่นได้สักพัก เด็กยิ้มหัวเราะสนุกสนาน และเริ่มชะโงกหน้ามาจ๊ะเอ๋บ้าง และเด็กก็เล่นสนุกกับครูได้ คราวนี้สีหน้าแววตาเด็กเปล่งประกายความสุข สนุก และเป็นฝ่ายที่ริเริ่มเล่นจ๊ะเอ๋อีกด้วยความรู้สึกอยากเล่นอีกด้วยตนเอง โดยที่เราไม่ต้องสั่งอะไรเลย

สิ่งสำคัญก่อนเข้าไปเล่นกับเด็ก คือ ฝึกตัวเองให้ “รอ...สังเกต... การริเริ่มจากตัวเด็กเอง”



2. “เด็กริเริ่ม ผู้ใหญ่ร่วมเล่น”

มีอยู่บ้านหนึ่ง เมื่อได้เห็นลักษณะการเล่นระหว่างคุณแม่กับน้อง สิ่งที่เห็นได้ชัดเจนอย่างหนึ่งเลยก็คือ ในบางครั้งที่เด็กอยู่ในห้วงอารมณ์กลางๆ และเด็กเองก็ริเริ่มเล่นอะไรบางอย่างอยู่ แต่แม่ไม่ทันสังเกตเห็นว่านั่นคือการเล่นของเด็กแล้ว เป็นการเล่นที่เริ่มจากเด็กแล้ว แต่แม่ไม่ได้ตอบรับสิ่งนั้น แม่กลับเป็นคนเริ่มต้นชวนไปเล่นอย่างอื่น

สิ่งที่อยากจะบอกก็คือว่า **การตอบรับการริเริ่มจากเด็ก**ในโมเม้นต์สบายๆทั่วไปที่ไม่ใช่การเล่นสนุกตูมตาม หลายบ้านทำไม่เป็นหรือมองข้ามตรงนี้ไป เมื่อเด็กริเริ่มในสิ่งเล็กๆแต่กลับไม่ได้รับการตอบสนอง เด็กเองก็ไม่ได้รับรู้พลังของการริเริ่ม หรือพลังของการกระทำของฉันเอง พอลอง**ให้พ่อแม่ตอบรับจากการริเริ่มเล็กๆน้อยๆจากเด็กเอง แต่ให้ตอบสนองชัดเจนใหญ่ๆ** ให้เด็กรับรู้ได้ว่า **“มีคนเห็นฉันในแบบที่ฉันกำลังทำ มีคนตอบสนองการกระทำหรือความต้องการฉัน”** ปรากฏว่าสิ่งที่เห็นคือ เด็กตื่นตัวขึ้น เด็กเริ่มจดจ่อและรับรู้พลังของการ ริเริ่มและการแสดงออกซึ่งการกระทำของตนเอง

ในเรื่องการของการเล่นตามสิ่งที่เด็กริเริ่มนั้น แม้เป็นเพียงการกระทำเล็กๆ คุณพ่อแม่คู่หนึ่งบอกว่า “ตนเองก็ลืมเรื่องตรงนี้ไป ไม่ได้ตอบสนองสิ่งที่เล็กๆน้อยๆ แต่ก็เป็นการริเริ่มจากเขาเอง ตนเองไม่ได้เก็บเล็กผสมน้อยจากตรงนี้เลย มัวแต่ตั้งหน้าตั้งตาจะชวนเขาเล่นให้ได้อย่างเดียว” สุดท้ายพอเราไม่ชวนเขาก็ไม่ได้สนใจอยากเล่นด้วยเท่าไหร่นัก

ดังนั้น เริ่มต้นการเล่นโดย

“เล่นตามจากสิ่งที่เด็กริเริ่มเอง

และเราตอบสนองเด็กให้ชัดๆ”

3. “มหัศจรรย์พลังใจ...เริ่มได้ด้วยสัมพันธ์อันดี”

มีเคสหนึ่งมา ด้วยปัญหาพัฒนาการล่าช้าทุกด้าน โดยเฉพาะด้านกล้ามเนื้อที่**ยังไม่ยืนไม่เดิน ซึ่งพ่อกังวลใจมาก** พาไปฝึกกายภาพมา 3-4 เดือน เด็กร้องไห้เกือบทุกครั้งที่ฝึก พ่อเลยลองพามาที่นี่ ครั้งแรกที่เจอกันรับรู้ได้ชัดเจนว่า**เด็กรู้สึกกลัวและกังวลมาก และไม่อยากให้เราไปโดนเนื้อต้องตัว** ดูกังวลเวลาเห็นเราเข้าไปใกล้ๆ คราวนี้ พอเราสังเกตเห็นแล้วว่าอารมณ์ความรู้สึกยังไม่พร้อม เราก็เริ่มต้นด้วยการพูดคุยกับพ่อ และบอกพ่อว่าปล่อยให้เขาเล่นเองตามธรรมชาติเลยคะ สบายๆเดี๋ยวครูจะสังเกตน้องผ่านการเล่นของเขาเองคะ พอเด็กเริ่มรู้สึกผ่อนคลาย

ครูก็เริ่มต้นด้วยการสร้างสัมพันธภาพกับเด็กก่อน ด้วยค่อยๆเข้าไปเล่นตามที่เขาเล่นสักพักใหญ่เท่านั้น**เด็กเริ่มไว้วางใจเรา และสนุกด้วยกันขึ้นเรื่อยๆๆ** เมื่อเราค่อยกระตุ้นการเคลื่อนไหวเขาคราวนี้ก็ง่ายขึ้นมาก จนเด็กสามารถลุกขึ้นเกาะยืนเองเพื่อจะเล่นกับเรา พ่อถึงกับแบบว่า **อัศจรรย์ใจมาก ยิ้มดีใจแววตาคุณพ่อเปล่งประกายอย่างมาก** ที่เห็นลูกอยากยืนด้วยตัวเองแล้วลูกยืนได้เองแล้ว คุณพ่อบอกว่าผมพาไปฝึกที่อื่นมาตั้ง 3-4 เดือนเขาร้องตลอดและลูกไม่มีความสุขเลย ทุกครั้งที่ถูกฝึกยืน แต่นี่เจอครูแค่ครั้งแรกแค่ประมาณ 30 นาที เขาสนุกกับครูและยอมยืนเล่นกับครูได้เอง ว้าวๆๆครูทำได้ไงเนี่ย 555 ถึงแม้จะเป็นช่วงสั้นๆ แต่พ่อก็รับรู้ได้ว่ามันดีมากๆเลย พ่อยิ้มแก้มปริกับบ้านพร้อมได้วิธีการเล่นสนุกกับลูกพร้อมกับพัฒนาทักษะด้านกล้ามเนื้อไปด้วย โดยต้อง**เริ่มต้นในสิ่งที่ลูกชอบก่อน** ปัจจุบันน้องดีขึ้นมากหลังฝึกต่อเนื่องเกือบ 1 ปี ตอนนี้เริ่มวิ่งได้ช้าๆ พูดคุยโต้ตอบได้มากขึ้น และเริ่มเล่นสมมติบ้างแล้ว “ใจพร้อม กายพร้อมพัฒนาสู่ขั้นต่อๆไปอีกเรื่อย”

“เริ่มต้นด้วยความสัมพันธ์อันดี เป็นจุดเริ่มต้นที่สำคัญ”

ทำไมต้องเล่นสนุกๆด้วยกัน

เพื่อให้เด็กมีแรงจูงใจ และมีแรงผลักดัน ภายใน

หลักการสำคัญ คือ เริ่มต้นจากอารมณ์ความรู้สึกและความต้องการ/ความสนใจของเด็ก และส่งเสริมพัฒนาการเด็กอย่างเป็นองค์รวม บนพื้นฐานการเข้าใจในความแตกต่างของระบบประสาท โดยใช้ความสัมพันธ์อันดี ในการกระตุ้นการสื่อสารและการคิด

“อารมณ์ เป็นเสมือนพลังภายในที่ช่วยดึงพัฒนาการที่บกพร่องทั้งหมดให้กลับมาทำงานพร้อมๆกัน”

ดังนั้น การเริ่มต้นด้วยสิ่งที่ชอบจนเด็กสนุกติดใจ จะช่วยให้เด็กมีแรงจูงใจและมีแรงขับเคลื่อนจากภายใน ทำให้เด็กอยากจะเล่นด้วยกันอีก และอยากจะสื่อสารอยากจะคิดสื่อสารเพื่อการแก้ปัญหาเพื่อให้ได้ในสิ่งที่ต้องการ จากนั้นค่อยพัฒนาการเล่นสนุกง่ายๆไปสู่การเล่นที่มีความซับซ้อนและท้าทายขึ้นในขั้นต่อๆไป เวลาเล่นสนุกกับเด็กนอกจากอารมณ์ที่พอใจ จนยิ้ม หรือกระทั่งเด็กหัวเราะสนุก แน่นอนแรกๆ เด็กย่อมสนุกกับสิ่งของ แสง สีเสียง ที่ผู้ใหญ่มาทำให้สนุกด้วย ***แต่!!!*** ไม่ใช่แค่สนุกกับวัตถุสิ่งของหรือสนุกกับเพียงเครื่องเล่นเฉยๆเท่านั้น

สิ่งสำคัญ คือ ต้องสนใจคนและเล่นสนุกกับคนใกล้ชิดด้วยกันให้ได้นานๆบ่อยๆ จนเกิดเป็นความรู้สึกอบอุ่น มั่นคง ปลอดภัย อารมณ์สนุก เป็นสุข ในที่สุดก็กลายเป็นอารมณ์ผูกพันธ์ซึ่งกันและกันจากการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น ดังนั้น “เล่นเยอะๆก่อน เล่นจนเด็กจำเราได้ อยากเล่นด้วยอีก!!!” และใช้ความอยากจะเล่นกับเราอีกของเด็กเป็นสะพานเชื่อมในการกระตุ้นการสื่อสาร การคิดที่ออกมาจากตัวเด็กเองให้ได้นานต่อเนื่องขึ้น

สิ่งที่พบบ่อยๆในห้องฝึก คือ

หลายครั้งเกิดจากความตั้งใจที่อยากจะให้ลูกสนุก มีความสุข เมื่อเล่นสนุกได้ก็เล่นเพลินจนลืมหลักการสำคัญที่ว่าต้องช่วยส่งเสริมและนำพาเด็กไต่ขึ้นระดับพัฒนาการในแต่ละขั้นด้วย ไม่ใช่เพียงแค่เล่นสนุกเพลินเพียงอย่างเดียว!!!

และในทางตรงข้ามหลายครั้งก็พบว่าเมื่อสนุกแล้วหากเราท้าทายเด็กมากเกินไป โดยกระตุ้นให้สื่อสารให้คิดเยอะๆตลอดทั้งๆที่สัมพันธภาพกับคนใกล้ชิดก็น้อยด้วย ทำให้เด็กบางคนที่พื้นฐานยังไม่ดีพอกลับไปเล่นคนเดียวเพราะรู้สึกเครียด หรือบางรายอาจแยกตัวเลิกไปเลย

หากยังขาดสมดุลตรงนี้ พอเด็กต้องเผชิญเรื่องยากก็ลำบากกันไปหมด ฉะนั้นหากต้องเผชิญเรื่องยากๆ ยิ่งต้องใช้ความสนุกเข้ามาช่วยด้วย เด็กจะได้มีแรงจูงใจอยากทำและได้พัฒนาไปด้วย

สิ่งสำคัญคือ

สมดุล “สนุก & ท้าทาย”

จะฝึกเรื่องยากต้องใช้ความสนุกเข้ามาช่วยเด็กจะได้มีแรงจูงใจอยากทำ

เล่นตามสิ่งที่เด็กสนใจ ย่อมนำไปสู่ความสนใจและสนุก

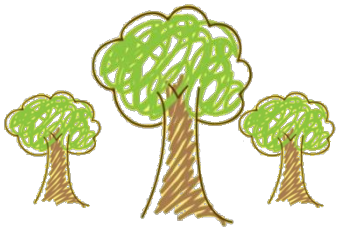
เล่นสิ่งที่ท้าทายและซับซ้อนขึ้น ย่อมนำไปสู่การพัฒนา

สร้างความสนุกติดใจ สร้างแรงจูงใจ

“แรงผลักดันภายใน”

ทำให้เด็กสนใจ จดจ่อ

อยากเล่น อยากสื่อสาร



ขอเล่าตัวอย่างเคส.... “ความทรงจำ แห่งความสุข”

เมื่อเริ่มต้นด้วยช่วงเวลาแห่งความสัมพันธ์อันดี มีความสนุกด้วยกัน **“เล่นให้เข้าไปถึงใจ”** แล้ว สิ่งที่เกิดขึ้นและรู้สึกประทับใจ **คือ**

บางรายคุณพ่อคุณแม่มาเล่าให้ฟังว่า “ลูกไม่เคยถามหรือพูดถึงครูที่โรงเรียนทั้งๆที่ไปทุกวัน” พ่อแม่กลับ “รู้สึกแปลกใจ และก็ดีใจ” ที่เพิ่งเคยเห็นลูกพูดถึงครู...(ฝึก) ไม่คิดว่าลูกจะมีโมเม้นต์ความรู้สึกเช่นนี้กับคนอื่น “ไม่เคยเห็นลูกถามถึงใครมาก่อน” และเมื่อไปรับที่โรงเรียนและบอกว่าจะพามาหาครู...(ฝึก) เห็นได้ชัดจากสีหน้าแววตาลูก ว่ารู้สึกตื่นเต้น ดีใจว่าจะได้มาหาครู...(ฝึก) ทั้งๆที่เพิ่งเจอกันไม่นาน

อีกเคสหนึ่งคือ มีอยู่วันหนึ่งเด็กขณะที่ตัวเองฝึกเด็กรายหนึ่งเสร็จและออกมาจากห้องฝึกก็พบกับเด็กที่เราเคยฝึก วิ่งมาหาเราด้วยรอยยิ้มที่สดใส ประมาณว่าอยากมาเล่นด้วย แต่วันนี้ไม่ได้นัดฝึก วันนี้เป็นคิวนัดมาพบหมอ แม่บอกว่า “หมอตรวจเสร็จแล้วคะครู แต่น้องยังไม่ยอมกลับบ้าน” ตั้งหน้าตั้งตาอยากหาครู... พอเห็นเราออกมาจากห้องฝึกเด็กก็วิ่งมาหาด้วยสีหน้ายิ้มแย่มแจ่มใส เจอครูแล้ว!! สิ่งที่เรารู้สึกประทับใจ คือ โอ้วพลังความสนุกที่เราเคยเล่นกับเด็กเมื่อเดือนก่อนๆ อะไรจะทรงพลังได้ขนาดนี้ เด็กจำเราได้ อยากมาหาเรา อยากเล่นกับเรา

สมัยก่อนที่เราไม่ได้ใช้หลักการส่งเสริมพัฒนาการเด็กอย่างเป็นองค์รวมทำงานมาตั้งนาน ไม่เคยมีเด็กถามหาเรา แถมบางคนแค่เดินมาหน้าห้องฝึกก็ทำสีหน้าจะร้องไห้ บางคนก็ทิ้งตัวนั่งลงไม่อยากเข้าห้องฝึกด้วยซ้ำ มีแต่พ่อแม่ถามถึงครูเท่านั้น พอมาคิดมองย้อนไป พอเราเปลี่ยนมาใช้หลักการนี้ โดยเริ่มต้นด้วยการมีช่วงเวลาเล่นสนุกด้วยกันจริงๆ แม้เวลาผ่านไปเป็นเดือนหรือสองเดือน เด็กยังจำเราได้ ยังจำสิ่งที่เราเคยเล่นสนุกด้วยกันได้ บางทีเราเองลืมไปแล้วด้วยซ้ำ แต่พอเด็กมาชวนก็ถึงบางอ้อ อดอมยิ้มไม่ได้ ที่เขาจำได้ สิ่งที่รู้สึกได้จุดเริ่มต้นที่สำคัญ คือ **“เล่นให้เข้าไปถึงใจ แล้วเราไปจะอยู่ในใจเขา เขาถามถึงเรา อยากเจอ อยากเล่นด้วยอีก”** แล้วใช้ความอยากเล่นเพื่อกระตุ้นการสื่อสารและการคิดด้วย ไม่ใช่แค่สนุกอย่างเดียวนะคะ !!!

“เล่นให้สนุก เล่นให้ติดใจ !!!”

“อยู่ด้วยกัน เล่นด้วยกันให้เข้าไปถึงใจ

เล่นจนจำเราได้”

เริ่มต้นด้วย "รู้จักและรักกันก่อน"

ปัญหาที่เจอได้บ่อยๆ คือ

หลายท่านไม่ได้ให้ความสำคัญ
หรือหลายท่านก็มองไม่ออกว่า

“เด็กรู้สึกอย่างไร”

เพราะมองเห็นแต่

“พฤติกรรม”!!!

จำให้ขึ้นใจ!!! หลักการสำคัญ

(แต่ถ้าเข้าใจ ก็ไม่ต้องจำ)

ปรับเปลี่ยนมุมมอง

“เปลี่ยนจากการมองพฤติกรรมเด็ก เป็นการมองอารมณ์ความรู้สึกที่อยู่เบื้องหลังพฤติกรรมนั้น” ถามให้เป็นนิสัยประจำตัว เลยว่า **“เด็กรู้สึกอย่างไร”**

รับรู้และเข้าใจ

อารมณ์ความรู้สึกและความต้องการของเด็ก

ช่วยปลอบโยน ให้รู้สึกอบอุ่น มั่นคงปลอดภัย และอยู่ด้วยกันได้

อยู่ด้วยกันทุกอารมณ์

เมื่อท่านกับเด็กสามารถสร้างความรัก ผูกพันธ์ อบอุ่น รักใคร่ใกล้ชิดซึ่งกันและกัน และสามารถสนุกกันได้แล้ว ก็ควรเน้นสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน ทั้งในอารมณ์ด้านบวกและด้านลบอื่นๆด้วย เช่น ตื่นเต้น ตกใจ กลัว หงุดหงิด โมโห โกรธ เสียใจ เป็นต้น เพื่อเน้นให้เด็กมีสัมพันธภาพกับคนใกล้ชิดที่ลึกซึ้ง และหลากหลาย อยู่ด้วยกันได้ทุกๆอารมณ์

กรณีตัวอย่าง...

“ถึงจะโกรธ ผิดหวัง หรือเสียใจ ก็อยู่ได้เพราะมีแม่”

เคสนี้น้องเล่นสนุกกับแม่ได้แล้ว เริ่มสื่อสารบอกความต้องการด้วยสีหน้าแววตา ท่าทางและคำพูดวลีสั้นๆได้ เวลาต้องการอะไรมากๆก็เริ่มตื้อได้นาน มีอยู่ครั้งหนึ่งน้องชอบถอดเสื้อผ้าให้ตุ๊กตา ไม่รู้เพราะอะไร รู้แต่ว่าเห็นแล้วก็อยากจะถอดชุดตุ๊กตาออก ตอนแรกก็ถอดเสื้อตัวนอกของตุ๊กตา เวลาถอดแขนเสื้อออกไม่ได้เด็กก็พยายามสื่อสารเพื่อการแก้ปัญหาให้คนใกล้ชิดช่วยเหลือได้นานต่อเนื่อง จนแก้ปัญหาสำเร็จ

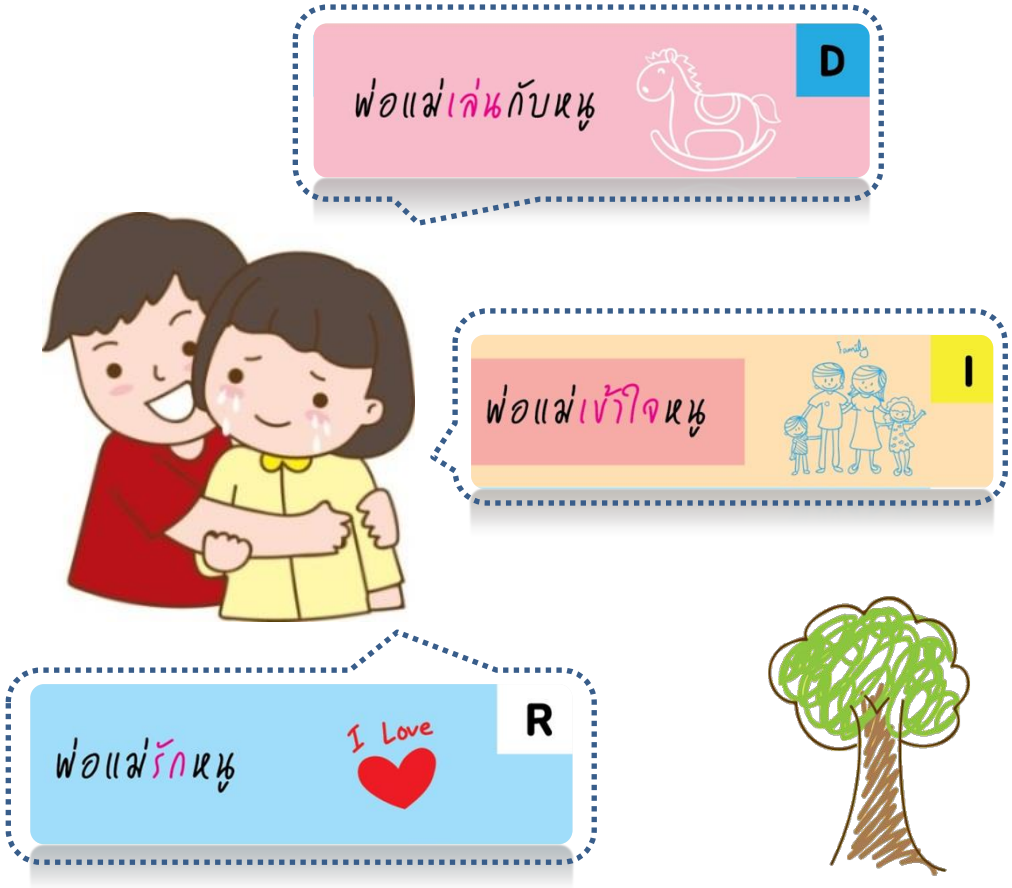
จนมาถึงชุดเสื้อตัวในที่มันเย็บติดกัน (ถ้าจะถอดต้องใช้กรรไกรตัดถึงจะเอาเสื้อตัวในของตุ๊กตาออกได้) เด็กก็พยายามถอดเองและสื่อสารเพื่อการแก้ปัญหาให้ช่วย ตอนแรกเด็กพยายามสื่อสารกับแม่ แม่ช่วยไม่ได้ก็เปลี่ยนให้ครูช่วยบ้าง ทั้งแม่และครูก็รับรู้และตอบสนองการสื่อสารที่เด็กพยายามบอกหรือสื่อออกมา ด้วยท่าทางให้เด็กเห็นชัดๆว่าเราเข้าใจเจตนาและก็จะตอบสนอง/ทำตามที่หนูบอกเลย แต่มันถอดไม่ได้จริงๆ ถอดไม่ออกจริงๆ!!! พอนานหลายรอบไม่ได้สักทีอารมณ์เด็กก็เริ่มหงุดหงิดมากขึ้นๆ และในที่สุดก็**ระเบิดอารมณ์โกรธขึ้นมา!!!** เริ่มลงนอนร้องไห้โมโห!!!

สิ่งที่แม่และครูช่วยก็คือ **แม่ปลอบและรับรู้อารมณ์ความรู้สึกเด็กตลอดช่วงที่เด็กแสดงอารมณ์** ประมาณว่า “รู้ว่าหนูโมโหนะ โมโหจริงๆ ทำไมมันถอดไม่ได้” เด็กแสดงอารมณ์โกรธอยู่นาน **แม่ก็ปลอบด้วยความใจเย็น สงบนิ่งและมั่นคง** นั่งอยู่เคียงข้างเด็กปลอบไปเรื่อยๆ จนในที่สุดอารมณ์โกรธของเด็กก็ค่อยๆลดลง และรับรู้ว่าไม่ได้ดังหวังแน่นอนแล้ว สุดท้ายก็เปลี่ยนเป็นอารมณ์เสียใจและนอนร้องไห้อยู่กับตักแม่

ถึงแม้เด็กโกรธ แต่ก็ยังคงการสื่อสารและรับรู้ได้ถึงการปลอบโยนจากคนใกล้ชิด และสุดท้ายก็สงบลงได้ด้วยมีแม่ช่วยปลอบโยน เป็นสัมพันธภาพในอารณ์ลึกซึ้งและแน่นแฟ้นยิ่งขึ้น

“แม้ว่าจะรู้สึกโกรธ ผิดหวังและเสียใจแค่ไหน หนูก็อยู่ได้เพราะมีแม่”

ประเด็นสำคัญก็คือ **มีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน อยู่กันได้ทุกอารมณ์**



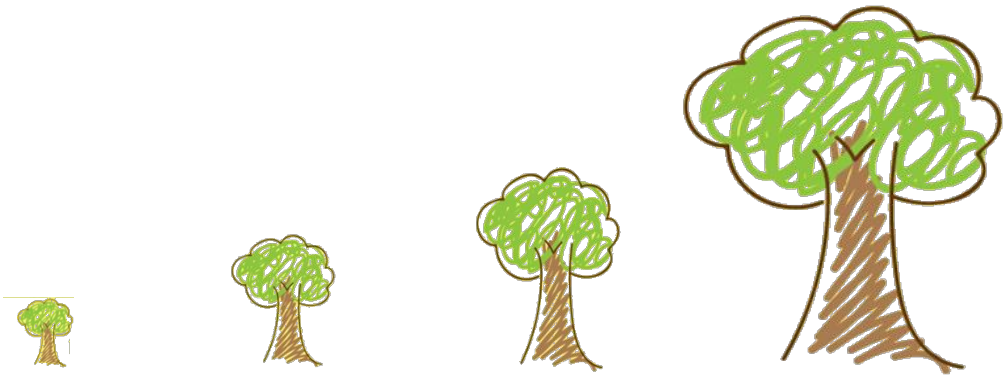
สรุป

ทั้งหมดที่กล่าวมานี้ หากท่านสามารถทำให้เด็กสงบ สนใจ และเล่นสนุกด้วยกันจนเริ่มติดใจแล้ว (พัฒนาการขั้น 1-2) หากท่านแค่หยุดและรอให้นานขึ้น คราวนี้พลังการสื่อสารที่แท้จริงจะออกมาจากความต้องการของเด็กเองอย่างชัดเจน ผ่านทางภาษากายต่างๆ ทั้งการแสดงออกทาง สีหน้า แววตา น้ำเสียงและท่าทาง เพื่อสื่อสารให้ท่านเล่นกับเขาอีก และต่อไปก็ได้เวลาพัฒนาการเล่นให้ซับซ้อนและเริ่มแกล้งงง (เทคนิคพัฒนาการขั้น 3-4) ท่านก็จะพบว่าเมื่อเด็กสนใจและสนุกติดใจแล้ว เด็กจะมีความพยายามอย่างมากในการที่จะสื่อสารด้วยท่าทางและสื่อสารเพื่อการแก้ปัญหากับท่านเพื่อให้ได้ตามความต้องการของตนเองจนสำเร็จ (พัฒนาการขั้น 3-4)

ดังนั้น การสร้างพื้นฐานพัฒนาการที่ใช้การได้ ตั้งแต่ขั้นแรกๆที่แข็งแรงดีนั้น (พัฒนาการขั้น 1-2) มีความสำคัญอย่างมากในการช่วยให้การกระตุ้นพัฒนาการในขั้นต่อไปได้ง่ายขึ้น แต่หากเราไม่สามารถทำพื้นฐานขั้นแรกนี้ได้ การที่จะกระตุ้นพัฒนาการในขั้นต่อไป (พัฒนาการขั้น 3-4) ก็จะทำได้อย่างยากลำบากเช่นกัน

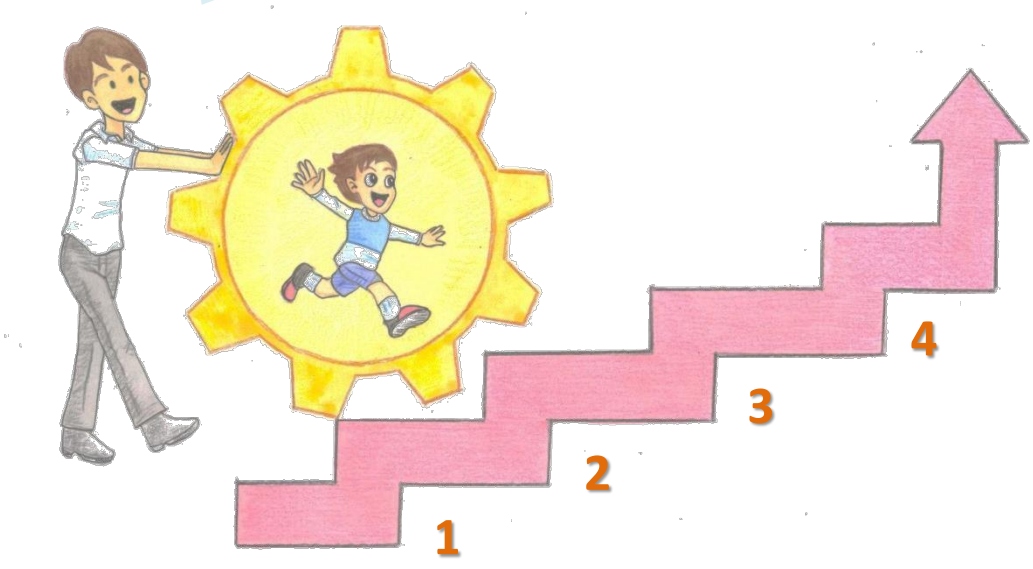
“สุข สนุก เผชิญความท้าทาย

และเติบโตไปพร้อมๆกัน”



การสร้าง<u>พื้นฐานพัฒนาการที่แข็งแรง

ช่วยให้การกระตุ้นพัฒนาการในขั้นต่อไป<u>ทำได้ง่ายขึ้น



สรุปเทคนิคช่วยเด็กให้สนใจ จดจ่อและมีสัมพันธภาพแน่นแฟ้น

เมื่อเด็กพร้อม ผู้เล่นพร้อม เริ่มต้นดังนี้

1. สังเกตและรอ

สังเกต “อารมณ์ความรู้สึกของเด็ก”

สังเกต “ความต้องการ/สนใจของเด็ก”

รอ “การริเริ่ม จากตัวเด็ก”

2. เริ่มต้นด้วย ช่วยให้เด็กรู้สึก

“อบอุ่น ปลอดภัย และอยู่ด้วยกันได้”

3. ร่วมเล่นกับเด็ก สนุกด้วยกัน ในสิ่งที่เด็กชอบ/ในสิ่งที่เด็กทำ “เด็กริเริ่ม ผู้ใหญ่ร่วมเล่น”

“เธอเล่นอะไร ฉันเล่นด้วยนะ”

“สนุกด้วยกันให้มันส์ไปเลย”

4. อยู่ด้วยกันได้ทุกอารมณ์

“สุข เศร้า เหงา กลัว เราก็เข้าใจกัน อยู่ด้วยกัน”

“โกรธ ผิดหวัง เสียใจ ก็อยู่ได้เพราะมีพ่อแม่เป็นกำลังใจ”

5. ลดการก่ากับ สั่ง

ยกเว้น สิ่งที่เป็นอันตรายต่อตัวเอง ผู้อื่น และสิ่งของเสียหาย

6. ทำทุกอย่างแล้ว!!! ยังเล่นไม่สนุก

“กลับมาทบทวนตัวเอง”

เพื่อปรับปรุง แล้วเริ่มต้นข้อแรกใหม่