

สู่วิถีทางใหม่

โดย... คุณแม่น้องต้นไผ่

น้องต้นไผ่อายุ ๘ ขวบ คุณแม่รู้จักฟลอร์ไทม์ จากเพื่อนคนหนึ่งที่มีลูกออทิสติกเหมือนกัน แนะนำว่าที่มหิดลมีอบรมฟลอร์ไทม์ คุณแม่จึงเข้าไปดูในเว็บไซต์ และได้สมัครอบรม

ครั้งแรกเริ่มจากอ่านหนังสือและเข้ามาอบรม เราก็ได้ข้อมูลมาระดับหนึ่ง คือ การเล่นกับลูกแบบมีว่ ๆ คือ คำบอกที่ต้อง “ยื้อ” นะ เราก็ “ยื้อแบบเอาจริงเอาตาย” ผลออกมาแบบ “บ้ารเบิด” “ใบหน้าเราก็จะไม่ยิ้มกับลูก ลูกก็โมโห เราก็โมโห”

ก่อนหน้านี ้ประมาณเดือนธันวาคม ๒๕๕๑ ไปฝึกกับครูพบ ได้ประมาณ ๕ ครั้ง ยอมรับว่า พื้นฐานของเราอาจจะไม่ดี หรือไม่เข้าใจเท่าไร ถึงแม้ว่าครูพบจะเล่นให้ดูแค่ครั้งหนึ่ง แล้วก็พยายามบอกเรา เราก็ยังไม่ค่อยถูก ต่อมาพาน้องมาพบกับคุณหมอ และขออนุญาตอัดวีดีโอจากมือถือตอนที่คุณหมอลเล่นกับน้อง เมื่อกลับไปดูที่บ้าน ดูไปดูมารู้สึกว่า “มันไม่ยาก ไม่ต้องเครียดมาก คำจะทำอะไร เราก็ทำอย่างนั้น”

ได้คุยกับสามีเรื่องการฝึกลูกแบบฟลอร์ไทม์ เพราะทุกวันนี้เราสั่งลูกอย่างเดียว สั่งลูก ลูกทำตามลูกคือ เราก็จะทำเสียงเข้ม กดอารมณ์ลูกไว้ โดยเราไม่รู้รู้สึกถึงอารมณ์ของเค้า เพราะสีหน้า แหวดตา เค้าไร้อารมณ์มาก ใน ๑-๒ เดือนแรก จะบอกกับสามีว่า “อย่าสั่งลูกนะ”

คิดว่าสิ่งแรกที่เรทำคือ ต้องปรับที่ตัวของแม่และพ่อก่อน เราต้องทำตามหลักการฟลอร์ไทม์ ต้องให้ลูกเป็นตัวของตัวเอง และขั้นต่อมา คือ ต้องตามให้ถึงตัวเค้า เนื่องจากที่บ้านมี ๓ ชั้น ตามเค้าทุกห้อง เขาก็หนีเข้าทุกห้อง เราเหนื่อยมาก เพราะน้องไม่ยอมหยุด ให้เราเข้าถึงตัวเค้าเลย น้องหนีตลอด แต่คุณแม่ก็ตามเขาตลอด เล่นอย่างนี้ทุกวัน ๆ

บางวัน ลูกก็เล่นน้ำ เล่นเม็ดถั่ว วนอยู่อย่างนั้น เราก็พยายามเล่นด้วย เค้าก็ยังไม่สนใจเรา คุณแม่ไม่รู้ตัวตัวเองเข้าถึงเค้าได้ตอนไหน ไม่รู้ตัวเลย เพราะก็เล่นอยู่อย่างนี้ทุกวัน ๆ จนมาวันหนึ่ง **เค้าเดินเข้ามาหาดึงมือ จะชวนเราขึ้นไปเล่นข้างบน** จากที่เราเคยวิ่งตาม กลับเป็นเค้ามาลากตัวเราไปด้วย **เค้าเริ่มเห็นเราเป็นคน เป็นสิ่งมีชีวิต** เราก็ตามเค้าขึ้นไปด้วย เขาชอบชวนไปเล่นในห้องนอน และห้องครัว ทั้ง ๒ ห้องไม่มีของเล่นสักชิ้น ครูสอนเคยบอกว่า ตัวเรานั้นแหละเป็นของเล่น เค้าเริ่มไม่หนี เราก็เริ่มจากเล่นจ๊กกะจี๊ ไปจี้มา กลายเป็นเล่นสนุกด้วยกันได้ **เป็นครั้งแรก ลูกสนุกกับแม่ได้แล้ว**



เริ่มทำฟลอร์ไทม์อย่างจริงจัง ตั้งแต่เดือนมีนาคม ๒๕๕๒ โดยคุยกับที่ทำงานว่าขอลาออก ก่อนหน้านี้ก็เคยลาออกจากงานมาแล้วครั้งหนึ่ง ตอนที่ยังไม่รู้จักฟลอร์ไทม์ ตอนนั้นยอมรับเลยว่าเครียดมากจริงๆ เครียดจนต้องเข้านอนโรงพยาบาล พอครั้งนี้คุยกับสามีว่าจะลาออกอีก จะมาทำฟลอร์ไทม์เต็มที่ สามีก็ถามว่า “จะลาออกจากงานอีกหรือ?” แต่เราก็บอกว่าครั้งนี้มั่นใจมากขึ้น มีคุณหมอม มีคุณครูอ่อน คอยให้คำแนะนำ เชื่อว่าต้องทำได้ ต้องช่วยลูกได้ คุณแม่เลยเข้าไปคุยกับที่ทำงานขอลาออก หัวหน้าบอกว่า “ให้ทำงานครึ่งวัน อีกครึ่งวันก็กลับไปดูแลลูกแล้วกัน”

สิ่งที่อยากบอก คือ ในระหว่างเดือนมีนาคม ๒๕๕๒ และเดือนเมษายน ๒๕๕๒ เพียงแค่ ๑ เดือน เราเห็นความแตกต่างจากเดิมมาก โดยเฉพาะ สีหน้าและแววตาของลูก คือ **เค้าดูมีชีวิตชีวามากขึ้น** เดี่ยวนี้เวลาออกไปข้างนอกด้วยกัน เค้าจะเป็นคนจูงเรา ไม่ใช่ให้เราต้องคอยลาก ...มานี่นะ! เพราะเรากลัวเค้าจะวิ่งหนีไปไหน เดี่ยวนี้ถ้าเราหลบไปซักนิดหนึ่ง เค้าก็จะหาเราแบบตาเล็งเลือกว่าคุณพ่อคุณแม่หายไปไหน

เริ่มบอกความต้องการและแสดงอารมณ์

ก่อนที่จะทำฟลอร์ไทม์ น้องต้นไผ่ยังไม่ค่อยมีภาษา คุณแม่ทำฟลอร์ไทม์จนลูกติดแม่แล้ว คุณแม่ก็เริ่มขั้นต่อไป คือ ตี๋ ยื้อ การตี๋ในขั้นแรก เป็นการให้เค้าพยายามที่จะเข้าใจและสื่อภาษา ซึ่งก็จะเลือกคำดูว่าคำไหนที่ต้องใช้บ่อย ๆ เค้าก็จะพูดคำนั้นซ้ำ ๆ ในหลายสถานการณ์ เช่น เช่น คำว่า “เปิด” ก็จะใช้ทั้งกับเปิดประตู เปิดฝาขนม เปิดกระป๋อง....

หลังจากทำฟลอร์ไทม์แล้ว **สัมพันธ์ภาพระหว่างเรากับเค้าดีขึ้นอย่างชัดเจน จำไม่ได้ว่าวันไหนดีขึ้น เพราะมันค่อย ๆ ซึมเข้ามา** ถึงแม้ว่าลูกจะพูดจาสื่อสารไม่ได้ตลอดเวลา **แต่เค้าเห็นว่าเราเป็นแม่ เค้ายืมเวลาไปรีบเค้าที่โรงเรียน** ได้ตกลงกับคุณครูว่าขอรับครึ่งวันนะคะ ถึงแม้ว่าคุณครูจะพูดว่า “น้องอยู่ในระบบโรงเรียนแล้วนะ ควรให้น้องอยู่จนจบกับเพื่อน ๆ” น้องเรียนห้องอนุบาล ทุกครั้งที่เค้าเห็นเราไปรีบเค้าจะส่งยิ้มมาให้เรา ใส่รองเท้าว สวัสดี

มีอยู่เหตุการณ์หนึ่ง**เค้าบอกความต้องการ และเป็นความต้องการจริง ๆ ของเขา** วันนั้นไปบ้านคุณยาย ปกติเค้าจะไม่อยู่นิ่งเลย แต่ครั้งนี้เค้าเริ่มเข้ามานั่งกับเรา เค้าอยากกลับบ้าน เข้ามาดิ่ง ดิ่ง คุณแม่ถามว่า “หนูจะไปไหน ไปทำอะไร” เค้าก็ดึงมือแม่อีกจะไปใส่รองเท้า เมื่อเราถามอีก เค้าก็ตอบ เค้าบอกว่า “จะกลับบ้าน” แล้วเค้าก็เดินไปเปิดประตูรถ

เดี๋ยวนี้**เค้าเริ่มแสดงอารมณ์ได้หลากหลายมากขึ้น** เค้าเข้ามาชวนเราเล่นมากขึ้น จนบางครั้งเรายังไม่ว่างเล่นด้วย เค้าก็จะแสดงให้รู้ว่าเสียใจ อย่างเช่นมีอยู่คืนหนึ่งดึกมากแล้ว คุณแม่อยากเอาน้องคนเล็กเข้านอน แต่ต้นไผ่ยังอยากเล่นอยู่ ไม่ยอมไปนอน เขาอยากให้แม่ใส่กางเกงให้ (น้องต้นไผ่จะชอบกางเกงตัวหนึ่งมาก ชอบเอามาให้แม่ใส่ให้ กางเกงตัวนี้เรามักจะเล่นกันนานมาก ยื้อกันไปยื้อกันมา) เค้าก็เข้ามาดูเรา เค้าก็บอกว่า “ไม่ได้ ต้องนอนแล้วนะ!” เค้าก็ยอมนอน เค้าก็คิดว่าคงไม่มีปัญหาอะไรแล้ว **สัปดาห์เราได้**



ยินเสียงร้องไห้ คุณแม่ตกใจหันไปมอง น้องต้นไผ่ร้องไห้ คุณแม่เข้าไปโอบและพูดคุยกับเค้าว่า “หนูจะทำอะไร” “หนูจะเอาอะไรลูก” **เค้ายิ้มและมอง เข้าใจที่เราพูด** เค้าได้ไปหยิบกางเกงตัวเดิมมาให้เราใส่ เมื่อเราใส่ให้แล้ว เค้าก็สงบ พังพอใจ แล้วก็กลับไปนอน

เดี๋ยวนี้บ้านเราไม่มีเสียงคูอีกแล้ว ถ้ามีเสียงคู น้องต้นไผ่ จะมองหน้าเรา เบะร้องไห้ เสียใจ ซึ่งเมื่อก่อนจะไม่มี และเดี๋ยวนี้เค้าอ่านอารมณ์ของเราได้ เรายิ้มให้ เค้ายิ้มกลับ เราดู เค้าก็เสียใจ

เริ่มฟลอร์ไทม์อย่างไร

อันดับแรกของการทำฟลอร์ไทม์ ต้องปรับที่ครอบครัว ให้ทำความเข้าใจกับเราก่อน และบอกคนใกล้ตัวที่อยู่กับเรา ที่บ้านมีคุณครูพิเศษสอนน้อง ๑ คน เป็นระบบนั่งโต๊ะ เราก็ตกลงกับคุณครูว่าเราจะใช้แนวฟลอร์ไทม์นะ คุณหมอบอกว่าน้องจะเริ่มดีคือ คุณครูก็บอกว่าจริง เดียวนี้น้องเริ่มเฉใจ ไม่ยอมทำตามคำสั่ง คุณครูเล่าว่าเดี๋ยวนี้น้องเรียงตัวเลขได้ถูกต้องแล้ว แต่คุณแม่คิดว่านั่นยังไม่ใช่การฝึกสมาธิ คุณแม่คิดว่าถ้าทำอะไรที่เค้าชอบ เค้ามีความสุข จะทำให้เค้ามีสมาธิ ครูพบก็เคยแนะนำว่าการฝึกน้องทำได้ทุกอย่าง แต่ต้องดูว่าเขาชอบอะไร อยากทำอะไร ทุกอย่างนำมาฝึกได้หมด อย่างเช่น SI มันก็มาจากการเล่น เช่น การตีสั่งกา หมุนไปหมุนมา ก็เป็นการฝึก SI เหมือนกัน

การสัมพันธ์ภาพกับลูก แรก ๆ ใหม่ ๆ เรายังไม่ควรยึด ต้องใช้วิธีการตามใจ คือขอให้เค้ามีสัมพันธ์ภาพกับเราคือ ให้เค้าหลงรักเราแล้ว เราถึงเริ่มยึด เริ่มติดกับเค้าได้ แล้วเค้าจะไม่โกรธเรา ไม่เกลียดเรา กลับมาหาเราอีกถ้าไม่ได้สิ่งนั้น

การถือหรือยื้อ แรก ๆ คุณแม่ก็จะทำไม่เป็น คือ จะยื้อแบบเอาเป็นเอาตายคือจะแย่งให้ได้ **หน้าตาเราเป็นยักษ์** พอเรายื้อได้ ลูกก็ร้องไห้ไป แต่จากที่ครูสอนบอกเราต้องสังเกตสีหน้า แววตาของเด็ก เพราะเราไม่รู้วาระดับความทนได้ของเค้าจะอยู่แค่นั้น ช่วงแรก ๆ ก็ “แตก” ไปแล้ว หลุดไป คุณแม่ก็หยุดทำไม่ทำแล้ว! ทำไม่ได้ มันไม่มั่นใจเลยว่าจะต้องทำอะไร จนคิดได้ คุณแม่เลยชวนลูกคนเล็กเข้ามาร่วมยื้อด้วยกัน บอกน้องว่าต้องทำยังไง ต้องยื้อนะ ต้องแก้งแบบเล่นๆนะ เค้าก็ทำได้ ทำได้ดีมากด้วย เราชักชมเค้าเก่งจังเลย คุณแม่ได้เห็นตัวอย่างจากลูกคนเล็กว่าเวลาถือเล่น ๆ แบบเด็ก ๆ เขาทำยังไง เล่นแบบไหน ทำให้เข้าใจมากขึ้น

การยื้อ หน้าเราต้องยิ้ม เค้าจะเริ่มรู้สึกที่เราเล่นนะ เรามาได้เป็นผู้ร้ายอะไร ที่จะมาแย่งสิ่งนี้ไปจากเค้า **ยื้อเล่น ๆ** ไปกับเค้า จุดประสงค์คือให้เค้ามีสัมพันธ์ภาพกับเราในทุกสถานการณ์ และจดจ่อกับเราได้ในทุกอารมณ์ ถ้าหากว่าสิ่งไหนที่เค้าไม่ต้องการจริง ๆ การยื้อก็จะได้ไม่ผล พอเรายื้อ เค้าก็จะหนีไป เราจะใช้วิธีได้นี้ก็ต้องดูว่าอะไรที่เค้าต้องการอยากได้จริงๆ



ตัวอย่างตอนที่เค้าอยากทานหมูหยอง แต่เค้าทานอย่างอื่นมาเยอะแล้ว เค้าอยากได้ เค้าก็บอกว่า "ตามมาซิ ๆ" เค้าก็วิ่งตาม คราวนี้กลายเป็นการวิ่งไล่จับกันไปเลย เค้าก็เริ่มโมโห เค้าก็บอกว่า "โมโหแล้วเหรออ" เค้าก็ทำท่าจะให้ เมื่อเค้าหยิบ เค้าก็ยื้อไว้ เล่นกันแบบนี้ พอเค้าเริ่มจะ "แตก" เค้าก็เปิดให้ เล่นกันแบบนี้ไปเรื่อย ๆ **แค่หมูหยองกระป๋องเดียว วิ่งเล่นกัน ได้ออกกำลังกายกระโดดข้ามโซฟา เล่นกันนานเป็นครึ่ง ชั่วโมงเหมือนกัน**

การรู้จักสังเกตสีหน้า แววตาของลูก ทำให้เราเริ่มรู้แล้วว่า สีหน้าอย่างนี้โกรธแล้วนะ เริ่มจะหงุดหงิดแล้วนะ **เราก็จะรู้ว่าควรจะเริ่มผ่อนให้เขาได้บ้างแล้ว** เราต้องยอมให้เค้าได้ประสบผลสำเร็จด้วยให้ได้ของด้วย เช่นให้ทีละนิด แล้วมาตี้อรอบใหม่อีก หรือบางทีเพิ่มมุขใหม่เข้าไป เช่น บอกว่า "ไปเอาชามมาก่อนซิ ไปเอาช้อนมาก่อนซิ" ทำให้เค้ารู้จักอุปสรรคในครัวที่หลากหลายขึ้น

บางทีคุณแม่ก็จะ**ใช้มุขแกล้งงง** เช่น ตอนกินข้าว ปรกติคุณแม่จะเตรียมทุกอย่างวางไว้ให้เรียบร้อย แต่คราวนี้คุณแม่วางไว้แค่จานที่มีข้าวตักไว้แล้ว ไม่มีอุปกรณ์อื่น ๆ ให้เลย แล้วก็นั่งมองหน้าเค้า บอกเขาว่า "กินชิลูก กินเร็ว ๆ" เค้าก็มองหน้าคุณแม่ มองอยู่ประมาณ ๑๐ นาที...คิด.....แล้วสักพักเค้าก็เดินไปหยิบช้อนเอง เค้าใช้เวลาคิด ๑๐ นาที กว่าจะรู้ว่าจะกินได้อย่างไร ไม่มีช้อนล้อม คุณแม่รออยู่ถึง ๑๐ นาทีเหมือนกัน **อยากรู้ว่าเค้าจะคิดได้ตอนไหน ก็ตั้งใจว่าเมื่อให้เวลาจริง ๆ ลูกก็คิดเองได้นะ**

ตอนใส่เสื้อผ้า กางเกง น่องตันไม่จะต้องใส่กางเกงในก่อนทุกครั้ง ทุกทีให้เค้าไปหยิบเอง แต่**คราวนี้คุณแม่เอากางเกงในไปซ่อนไว้ในตู้** เอาแต่เสื้อกับกางเกงออกมาให้ เค้าก็มองหน้าคุณแม่ก็บอกให้ใส่ เค้าก็ไม่ใส่ แล้วเดินไปเปิดตู้ จะหยิบกางเกงใน เค้าก็กั้นไว้ไม่ให้เปิด กั้นไปมา แกล้งไปมา นิด ๆ หน่อย ๆ คุณแม่จะยิ้มเล่นกันกับเขา เขาก็จะพยายามเข้ามาเอา ก็เล่นกันแกล้งกันไปแกล้งกันมาจน สักพัก เค้าถึงจะยอมให้เขาเปิดตู้ได้เอง

เรื่องแกล้งงงนี้คิดว่าพอเราเริ่มลงมือทำ ทำไปเรื่อย ๆ เค้าก็จะเริ่มรู้แล้วว่า จะเล่นอะไรต่อได้อีก **คิดว่ามันเล่นได้หมด** ทุกสถานการณ์ ขึ้นกับว่าเรามีเวลาหรือเปล่า มีเวลามากแค่ไหน แล้วลูกตอนนั้นอยากทำอะไร อย่างที่คุณหมอบอก คือ เราจะเริ่มคิดได้เอง แต่ที่สำคัญสำหรับคุณแม่ คือ เราต้องมีรอยยิ้มด้วย

สิ่งที่เล่ามานี้ก็ไม่ใช่ว่าทำได้ตลอดเวลา เวลาที่เราเครียด เค้าก็ต้องหยุดเหมือนกัน ปล่อยให้เค้าสักพัก อาจจะให้ใครหรือปล่อยให้มันไต่เล่นกับน้องไปก่อน หรืออาจจะให้พี่เลี้ยงมาช่วย หรือยอมปล่อยให้เขาอยู่กับตัวเองสักพัก แล้วเราก็หยุดตัวเองก่อน อาจจะไปกินกาแฟ หรือทำอะไรก็ได้ให้อารมณ์ดี แล้วกลับมาใหม่ บางทีถ้าเราฝันไป มันก็ไม่ได้ผล หน้าเราก็ไม่ยิ้ม

