

“บูรณาการเพื่อลูกออทิสติก : Sensory Integration & Floortime”

โดยคุณแม่น้องโชนง

เวทีสนทนาฟลอร์ไทม์ วันเสาร์ที่ 28 มิถุนายน พ.ศ. 2551

สวัสดีค่ะเพื่อน ๆ วันนี้คุณแม่จะมาพูดเกี่ยวกับการฝึก SI หรือการบูรณาการการรับรู้ระบบประสาทสัมผัสพื้นฐานของร่างกาย ซึ่งได้แก่ ระบบสัมผัส ระบบทรงตัว และระบบข้อต่อ เด็กที่มีอาการเข้าข่าย ออทิสติก ทุกคนจะมีปัญหาความบกพร่องของ “ระบบ” เหล่านี้ค่ะ ซึ่งแต่ละคนจะมีปัญหาในแต่ละด้านไม่เท่ากัน

ถ้าเราสังเกตง่าย ๆ นะคะ ถ้าลูกของเรามีปัญหาเกี่ยวกับระบบสัมผัสนะคะ บางครั้งลูกเราก็จะเอาตัวไปอิงแอบคนอื่น เอามือไปลูบไล้เพื่อนที่ชอบใส่เสื้อผ้าที่มีผิวสัมผัสมัน ๆ หรือบางคนมีปัญหาชอบหลิกหนีก็คือ ไม่ชอบต่อแถว ซึ่งก็จะทำให้เขามีปัญหาเกี่ยวกับการอยู่กับหมู่เพื่อนค่ะ และระบบนี้ก็จะส่งผลโดยตรงกับความมั่นคงทางอารมณ์ การควบคุมอารมณ์ตนเอง

ส่วนระบบเกี่ยวกับการทรงตัว ถ้าลูกของเรายังมีปัญหาว่าบางครั้งยังชอบส่ายหัว ชอบวิ่งวนเป็นวงกลม แสดงว่าลูกยังแสวงหาระบบทรงตัวนี้อยู่ ถ้าลูกมีปัญหาแบบนี้ ดิฉันทราบมาว่าจะส่งผลกระทบต่อเกี่ยวกับการล้มต่า เกี่ยวกับการจดจ่อ ซึ่งสำคัญมากในการเลี้ยงลูก ส่วนระบบรับรู้เอ็นข้อต่อ ถ้าเด็กคนไหนมีปัญหา การแสดงออกของเขา คือ เด็กจะชอบกระโดดเพื่อกระตุ้นการรับรู้เอ็นข้อต่อ บางทีหนึ่งก็ทำเป็นล้ม เพื่อกระแทกให้เอ็นข้อต่อที่ใหญ่หรือตรงจุดที่เขารู้สึกต้องการได้รับการกระตุ้น และบางทีพัฒนาการในเรื่องเกี่ยวกับระบบเอ็นข้อต่อที่เขาควรจะต้องทำได้ก็อาจจะยังทำไม่ได้ เช่น การกระโดดขาเดียว การกระโดดขาคู่ ซึ่งเด็กวัย 4-5 ขวบ ควรทำได้แล้วแต่บางทีลูกเราก็อาจจะยังทำไม่ได้

คราวนี้วิธีการของลูกเรา คือ เขาจะพยายามหลิกหนีกิจกรรมต่าง ๆ ที่ต้องใช้ระบบที่เขาบกพร่องนี้ ทำให้การเข้ากิจกรรมกับเพื่อนทำไม่ได้ก็จะทำให้สัมพันธ์ภาพระหว่างเพื่อนไม่ดี ขาดความเชื่อมั่น

ระบบประสาทพื้นฐานทั้ง 3 ระบบนี้จะทำงานร่วมกัน ถ้าบกพร่องจะทำให้ระบบพัฒนาการในด้านต่าง ๆ ทักษะทางการสื่อสาร สังคม ทุกอย่าง การเชื่อมั่นในตนเองบกพร่องหมดเลย เพราะฉะนั้นเมื่อคุณแม่ทราบตั้งแต่แรกที่ลูกมีอาการซึ่งทราบมาจากคุณครูนักกิจกรรมบำบัดซึ่งให้ความรู้ในเรื่องนี้ถ่ายทอดมาว่า มันเป็นเรื่องที่เราจะต้องทำความเข้าใจกับการฝึกทุกอย่าง เพราะฉะนั้นคุณแม่จะให้ความสำคัญกับมันมาก หลังจากที่คุณแม่ฝึกลูกมาได้ระยะหนึ่ง ตอนแรกยังไม่ได้ฝึก SI ด้วยตัวเอง ก็จะไปพบนักกิจกรรมบำบัดหรือคุณครูของเรานะคะ ตอนนั้นก็รู้สึกว่าจะไม่ค่อยเห็นผลเท่าไร คุณครูก็จะบอกว่า การฝึกนั้นหากคุณแม่ทำให้ลูกทำที่บ้านเองด้วยก็จะได้ผลมากขึ้น เพราะเราก็จะเห็นปัญหาของเขามากขึ้นได้ด้วยตัวเอง และเมื่อเราจัดกิจกรรมให้เขาที่บ้านก็เป็นจริงอย่างที่คุณครูบอกว่าลูกเรายังทำอะไรหลาย ๆ อย่างไม่ได้ พอเราหัดทำเองได้สักระยะก็จะเกิดความชำนาญ รู้จักตัดแปลงกิจกรรมต่าง ๆ ได้ด้วยตัวเอง โดยการที่เราจะปรึกษาคูณครูนักกิจกรรมบำบัดที่เราไปพบ ซึ่งเราจะไปพบเขาน้อยลงจากเดิมเราไปหาอาทิตย์ละครั้ง แต่พอหลังจากทำได้ด้วยตัวเองลูกเราก็สามารถทำได้ทุกวันหรือเกือบทุกวันที่บ้าน ลูกก็มีพัฒนาการในเรื่องต่าง ๆ ดีขึ้นเกือบทุกด้าน นิ่งขึ้น สงบขึ้น การควบคุมตนเองดีขึ้น



วิธีการฝึก SI ให้ลูกไม่จำเป็นที่เราต้องทำ 1 ชั่วโมงต่อวัน เช่น ถ้าเราไปเจอสนามเด็กเล่นที่มีอุปกรณ์ต่างๆ เช่น ขิงข่า ไม้เชือก เราสามารถให้ลูกเติมเต็มระบบของลูกกับอุปกรณ์เหล่านี้ได้เลย อย่างขิงข่า พอเราเจอก็จะให้เขาไปเล่น แกว่งให้เขาไป แรกเริ่มลูกจะหลีกเลี่ยงระบบการทรงตัวพอทำ

สักระยะเขาจะทำได้และชอบ พอเล่นได้*เมื่อมีสนามเด็กเล่นเจอขิงข่าเราก็จะไล่ให้เขา พอเจอไม้เชือกเราก็พาไปไต่เพื่อให้ได้ใช้ระบบเอ็นข้อต่อของเขา ขิงข่าก็ได้ระบบทรงตัว* พอมา Set up กิจกรรมที่บ้าน เราก็จะรู้แล้วว่าระบบนี้ลูกได้แล้ว ระบบนั้นลูกได้แล้ว ระบบสัมผัสก็ได้จากทรายมาบ้างแล้ว เพราะฉะนั้นเวลามาฝึกกิจกรรมที่บ้านบางกิจกรรมก็ลดได้ เพิ่มกิจกรรมบางอย่างที่ลูกยังทำไม่ได้เข้าไป จะบอกว่าการทำกิจกรรมที่บ้าน**ไม่ยากเลย** ถ้าเราสนใจเวลาเราไป**ดูคุณครูฝึกให้ลูก และจดรายละเอียดที่ทำกับลูก** ถ้าไม่เข้าใจก็ถามคุณครูว่า**ทำอันนี้ได้อะไรกับลูก** เพราะคุณครู



อยากให้เราทำอะไรเอง ซึ่งจะได้ผลชัดเจนกว่ามากและจากที่เคยทำได้ และบางช่วงเราก็ทิ้งไปบางครั้งระบบเขายังไม่สมบูรณ์เต็มร้อย นักกิจกรรมบำบัดบางท่านบอกว่าอย่างน้อยก็ต้องอายุ 6 ปี ซึ่งบางครั้งนี้กว่าที่ขึ้นก็ไม่ค่อยเป็นระบบ SI ลูกก็จะแสดงออกมาอย่างชัดเจนมากขึ้น เช่น ลูกจะไม่นั่ง รู้สึกควบคุมตนเองได้ไม่ดี มีความต้องการเติมเต็มระบบต่างๆมากขึ้น เช่น ระบบสัมผัส บางทีก็ชอบเอาของเข้าปาก จะบอกว่าอุปกรณ์ต่างๆ ในการฝึกลูกทำเองได้ไม่ยากเช่น กระดานฝึกการทรงตัว เพื่อจะฝึกระบบทรงตัวทำไม่ได้ไม่ยากเลย เช่น เอาโต๊ะตัวเล็กๆมาต่อกันยาวๆ

คุณแม่ชอบบอกเคล็ดลับในการฝึกว่า หากฝึกกิจกรรมที่เขาชอบนั้นจะได้ผลดีกว่าการบังคับ อันนี้ก็มีนักกิจกรรมบำบัดแนะนำว่า ถ้าเด็กได้ทำในช่วงที่เขามีความสุขและสนุกไปด้วยการเชื่อมโยงของสมองจะดีกว่าตอนที่ถูกบังคับ เพราะฉะนั้นถ้าคุณแม่คุณพ่อเริ่มต้นจากการเอาสิ่งที่เขาชอบมาล่อ เช่น *ลูกคุณแม่ชอบเล่นโมเดลสัตว์ ก็เอาโมเดลสัตว์มาล่อลูก แต่งเรื่องเหมือนว่ามีสัตว์อยู่ในหน้าลูก ต้องเดินสะพานไปเพื่อช่วยเหลือสัตว์ให้หนีจากจระเข้ อย่าตกลงไปนะ เขาก็จะตั้งใจที่จะเดินไปมาก ตัวเขาก็จะทำได้ทำได้ทุกรอบ เราวางไว้ 10 ตัว ก็ได้ 10 รอบ 20 ตัวก็ได้ 20 รอบ ลูกก็จะมีความสุขและสนุกและชวนเราทำด้วยค่ะ*

เมื่อก่อนคุณแม่ก็คิดว่ากิจกรรมบำบัดต้องทำตามใจเราอย่างเดียวก็เลยไม่ได้ใช้วิธีการนี้กับลูก ใช้วิธีการบังคับได้ผลแตกต่างกับการใช้สิ่งที่เขาชอบมาใช้กับเขามาก **เมื่อเราใช้สิ่งที่เขาชอบมาเล่นกับเขา บางทีเขาสุนัขเขาวนเราเล่นด้วยซ้ำ**ว่าจะไปช่วยสัตว์ จะพาสัตว์ไปโรงพยาบาลตามเรื่องที่เราสมมุติให้เขา เขาต้องกระโดดกางหู เพื่อเติมพลัง เพื่อจะสู้กับสิงโตได้ ก็อยากให้เป็นๆทำกิจกรรมบำบัดเองที่บ้าน เพื่อจะได้ประหยัดค่าใช้จ่าย และสามารถดูลูกอย่างใกล้ชิดด้วยตัวเอง และก็อย่าลืมที่จะไปปรึกษาคุณครูนักกิจกรรมบำบัด เพราะจำเป็นมากที่ลูกๆ ต้องได้รับการติดตามว่าลูกของเราเป็นอย่างไร ค่ะสำหรับวันนี้ก็เท่านี้แหละค่ะ สวัสดีค่ะ

