

เข้าใจลูกแอสเพอร์เกอร์



ถาม

ลูกชายอายุ 6 ขวบแล้ว คุณหมอบอกว่าเป็นเด็ก Asperger คือฉลาดไอคิวสูง ความจำดี แต่มีปัญหา ด้านการเข้าสังคม ชอบโวยวายไม่หยุดเมื่อโดนขัดใจ จะมีวิธีจัดการอย่างไรดี เพราะเป็นทั้งที่บ้าน และโรงเรียน จะใช้วิธีรุนแรงเด็ดขาด หรือ ยอมตามใจดี อยู่ที่โรงเรียนจะไม่ยอมเข้าแถว ถ้าโดนบังคับจะโวยวายไม่ฟังใคร ปกติเวลาส่วนใหญ่ชอบอ่านหนังสือหมกมุ่นมากแต่เป็นแนววิทยาศาสตร์ โลกของสัตว์ โดยให้คุณแม่หรือผู้ใหญ่ อ่านให้ฟัง

ตอบ

เริ่มต้น ขอให้คุณแม่ศึกษาวิธีการฟลอร์ไทม์ให้เข้าใจเสียก่อน เพื่อให้รู้จัก "ตัวตน" ที่แท้จริงของลูก เมื่อเข้าใจแล้ว จึงจะรู้ว่า จะ "ช่วยเหลือ" เขาอย่างไรดี ไม่ใช่ "จัดการ" อย่างไรดี แต่ที่แน่ ๆ คำตอบไม่ใช่ "ใช้วิธีรุนแรงเด็ดขาด" แต่ก็ไม่ใช่ "ตามใจ" วิธีการฟลอร์ไทม์ เน้นการแก้ปัญหาที่ "ต้นตอ" ของปัญหา ไม่ใช่แก้ ปัญหาแบบฉาบฉวย ทีละเรื่อง ๆ ดังนั้นก่อนที่จะแก้ปัญหา จึงต้องเข้าใจกันที่ "ต้นตอ"

เริ่มต้น ลองถามลูกดูนะคะ ว่าตอนเข้าแถวรู้สึกอย่างไร เวลาเพื่อนมาสัมผัสตัวแล้วรู้สึกอย่างไร การที่ต้องยืนนิ่ง ๆ มันลำบากไหม รู้สึกอย่างไร พอทนนไหวไหม ถ้าทนนไม่ไหว จะทำอย่างไรดี จะฝึกยืนที่บ้านกับแม่ สองคนก่อนดีไหม แล้วดูนะคะว่าลูกตอบได้ หรือไม่

ถ้าตอบไม่ได้ ก็คงต้องช่วยให้เขารับรู้อารมณ์ความรู้สึกของตัวเองนะคะ ถ้าตอบได้ ก็ค่อย ๆ คุยกันว่า เราจะทำอย่างไรกันดีคะ เป้าหมายอยู่ที่ การร่วมทุกข์ร่วมสุขกับลูก ไม่ใช่การทำให้ลูกยอมเข้าแถวนะคะ

ส่วนเรื่องอื่น ๆ ก็ทำในทำนองเดียวกัน ซึ่งก่อนที่จะทำอย่างนี้ได้ อย่าง "จริงใจ" คุณแม่ "จะต้อง" เชื่อว่าคนเรารับรู้โลกแตกต่างกัน เรื่องที่ดูง่ายสำหรับเด็กอื่น อาจจะยากสำหรับลูก **เด็กที่จำแม่น ไอคิวดี ไม่ได้หมายความว่าจำทำอย่างอื่นได้ง่ายด้วย** ต้องเริ่มที่ความเข้าใจคะ เริ่มให้แค่นี้ก่อนก็แล้วกันนะคะ

ต่อไป ก็ต้องเข้าใจ คำว่าก้าวร้าวรุนแรง **ความก้าวร้าวรุนแรง คือการไร้ความสามารถที่จะสื่อสารถึงความหงุดหงิด คับข้องใจ โกรธ ออกมาเป็นคำพูดว่า รู้สึกอย่างไร เพราะอะไร** จึงต้องออกมาเป็นการกรีดร้อง อะอะอะ ทำร้ายร่างกาย ทำลายข้าวของ

สองประการหลัง คือ “ทำร้ายร่างกาย ทำลายข้าวของ” เป็นสิ่งต้องห้าม ผู้ใหญ่จะต้องยืนยันอย่างหนักแน่น ว่าทำไม่ได้ แต่ถ้าเพียงแค่กรีดร้อง ก็ปลอบโยนกันไป การปลอบโยน เน้นที่น้ำเสียง สีหน้า ท่าทาง ไม่เน้นเหตุผล (เพราะหุ้อ)

แต่ในที่สุดแล้ว เป้าหมายคือช่วยให้เขาพูดออกมาว่า “รู้สึกอย่างไร” ซึ่งจะทำให้หากอารมณ์ยังไม่ “ปรืด” เสียจนควบคุมไม่ได้ ดังนั้นพ่อแม่จึงต้องดักให้ทันตั้งแต่ “ขาขึ้น” แต่ถ้าไม่ทัน ก็ต้องปลอบจนอารมณ์ลดลงมาหน่อยหนึ่งก่อน

ที่สำคัญ อย่าให้เกิดการเรียนรู้ว่า อะอะอาละวาดแล้ว แม่จะให้รางวัล โดยการยอมตามใจ ดังนั้น เมื่อลูกอะอะอาละวาด พ่อแม่จะต้องใช้ทั้งความเข้าใจ สติ ความหนักแน่น แต่นิ่มนวล

ใจเย็น ๆ ค่อย ๆ ทำไปค่ะ

ถาม

ขอบคุณสำหรับคำแนะนำค่ะ เจ้าลูกชายเป็นเด็กที่จำแม่น ถามเลขแบบให้+ และ - พร้อมกันก็ทำได้ เช่น $9+5-7$ ก็จะนับนิ้วแล้วตอบได้ จำเส้นทางได้แม่นยำ ถ้าสนใจหนังสือเล่มไหนก็จะให้ผู้ใหญ่อ่านให้ฟังบ้างค่ะ จะชอบหนังสือแบบภาพปริศนาเช่นโลกของสัตว์ที่ให้ค้นหาสัตว์ที่อยู่ในภาพ ต่อจิกซอร์แบบยากๆซึ่งเด็กที่โตกว่าต่อไม่ได้ แต่ทำไม่สอนหรือสั่งให้ทำอะไรก็ไม่ค่อยยอมฟังจะดีโว้ยวายว่า “ไม่เชื่อก” จนอ่อนใจ เช่น ให้สวัสดีแขกที่บ้าน ก็ไม่ยอม บอกว่าไม่สวัสดีคนแก่ เวลาดูทีวีถ้ามีฉากน่ากลัวจะดูไม่ได้ ปิดตา หรือ เดินหนี หรือวิ่งไปปิดทีวีทันที เมื่อปีที่แล้วให้ลูกชายไปเรียนว่ายน้ำแบบเรียนเดี่ยว อาทิตย์ละครั้ง ก็เป็นไปได้ดี หลายเดือนผ่านไปจนกระทั่งว่ายน้ำได้ ดำน้ำได้ แบบปล่อยให้ว่ายน้ำสระผู้ใหญ่ได้สบายๆ ก็ไม่ยอมไปเรียนอีก จนต้องเลิกไป คือดูเหมือนเค้าเป็นเด็กปกติ แต่บางครั้งก็เป็นเด็กที่ไม่ปกติเหมือนเด็กคนอื่น ตอนนี้นำลังต้อน ล้อหลอกให้ทำการบ้านอยู่ค่ะ(แบบไม่ให้ดูเหมือนออกคำสั่งให้ทำการบ้าน เพราะจะต่อต้านไม่ยอมทำ) เพราะตอนเย็นไม่ยอมทำการบ้าน เราก็กลับบ้านดึก ที่ทำงานอยู่ไกลกว่าจะถึงบ้านมาเจอลูกก็เกือบ 2ทุ่มแล้ว เดี่ยวจะลองหลอกถามดูค่ะว่าทำไมจะไม่ยอมเข้าแถวเหมือนเพื่อนๆ

อ้อ อีกอย่างคือเพื่อนๆในห้องเค้ารู้จักเจ้าลูกชาย รู้จักชื่อ แต่ลูกเราทำไม ถามชื่อเพื่อนไม่รู้จักชื่อใครเลย 😞

ตอบ

คุณแม่คงต้องทำความเข้าใจใน "เนื้อแท้" ของลูกชายเพิ่มขึ้นอีกนะคะ ไม่อย่างนั้น จะมีแต่คำถาม "ทำไม ทำไม และทำไม" อยู่เรื่อย ๆ सरุบง่าย ๆ เด็กแอสเพอเกอร์มีลักษณะจำเพาะ คือ

1. **ความจำแม่น** (ทางหู และหรือ ทางตา) ซึ่งเป็นดาบสองคม หากพ่อแม่เผลอไหล "อัด" ความจำกันอย่างเพลิดเพลิด ก็ความสามารถของลูกชายแบบที่คุณแม่ภูมิใจนั้นแหละค่ะ

2. **ไวความรู้สึกมาก** จึงพยายามควบคุมสิ่งแวดล้อม เพื่อปกป้อง "ความอ่อนไหว" ของตัวเอง จำกัดความสนใจในเรื่องแคบ ๆ ไม่ยอมยืดหยุ่น บางรายใช้วิธีการ "หนี" บางรายไม่ยอมมีความรู้สึกด้านลบ ซึ่งพ่อแม่อาจจะมองผิดคิดว่า "ดีจังที่ลูกมีอารมณ์ดีตลอดเวลา"

3. **มีปัญหาในการวางแผนสั่งการกล้ามเนื้อ** จึงถนัดพูด (สิ่งที่จำมา) มากกว่าถนัดทำ ถนัดคุยกับผู้ใหญ่มากกว่าเล่นกับเพื่อน

4. **แสดงภาษากายไม่ชัดและอ่านภาษากายผู้อื่นไม่ออก** จึงมีปัญหาในการเล่นกับเพื่อน

ผลรวมดังกล่าวก็ทำให้เด็กมีพัฒนาการล่าช้าหลายอย่าง แต่ดูเผิน ๆ ผู้คนจะคิดว่าเก่งกว่าเพื่อน ดิฉันแนะนำให้คุณแม่ถามความรู้สึกอยากจะช่วยลูกอย่างจริงจัง ไม่ได้ให้หลอกถาม ถึงตรงนี้ คุณแม่อาจจะคิดว่าทำไมต้องจุกจิกกับการใช้ภาษาของคุณแม่จังเลย ก็อยากจะบอกว่า ถ้อยคำที่ใช้ฟังถึงทัศนคติของพ่อแม่ว่ายังไม่เข้าใจอย่างซาบซึ้งค่ะ

เป้าหมายของคุณแม่ยังอยู่ที่ ผลลัพธ์ คือ "ทำให้ได้ ทนให้ได้ บอกมาให้ได้" ยังไม่ได้อยู่ที่ความเห็นอกเห็นใจในความลำบากของลูกของอย่างแท้จริง และขอยืนยันอีกครั้ง ความเข้าใจ เห็นอกเห็นใจ กับการตามใจนั้น มันคนละเรื่องกัน

รบกวนคุณแม่อ่านหนังสือเรื่องเกี่ยวกับฟลอร์ไทม์ โดยเฉพาะ เล่ม 2 ก้าวไปกับลูกออทิสติก และ เล่ม 5 ช่วยให้ลูกอยู่ดีและอยู่ดีด้วยฟลอร์ไทม์ โดยคุณแม่คงต้องทำความเข้าใจกับ

เรื่องที่เป็นปกติของเด็ก แต่แม่ไม่ชอบ
และ เรื่องที่ไม่ปกติ แต่แม่ชอบ

ไม่อย่างนั้น ปัญหาของลูกยาว....แน่ เคยเขียนหลายครั้ง ว่าตัวดิฉันเอง ห่วงเด็กแอสเพอร์เกอร์ มากกว่าเด็กออทิสติก เพราะว่าเขามีความสามารถบางอย่างที่ "หลอกตา" พ่อแม่เหลือเกิน บางคนถึงกับได้ออกรายการเกมโชว์ทางทีวี เพราะคิดว่าเป็นอัจฉริยะ

กว่าพ่อแม่จะฝ่าม่านบังตา กว่าจะยอมรับและเข้าใจ "เนื้อแท้" ของลูก กว่าจะหาทางช่วยเหลือลูกได้ เด็กของเราที่สะบักสะบอม กลายเป็นตัวตลก ถูกเพื่อนแกล้ง ถูกกล่าวหาว่าไม่มีมารยาท (ตอนนั้นลูกของคุณแม่ก็เริ่มโดนข้อหานี้แล้ว เพราะไม่ไหวผู้ใหญ่ เชื่อไหมว่าที่แท้เขากลัวคนแก่) และถูกหาว่าแกล้ง (เด็กอะไรรู้เรื่องสารพัด แต่เรื่องง่าย ๆ แค่นี้ ทำเป็นไม่รู้ไปได้)

ที่เขียนมาทั้งหมดนี้ ไม่ได้ขู แต่เห็นปัญหาของเด็ก "ดำตา" อยู่หลายคน เรียกว่าเห็นจนแหยงเลยคะ

ถาม

เมื่อวานเพิ่งสั่งซื้อวิดีโอทั้ง 4 ชุด ไม่ทราบว่าเป็นเนื้อหาเดียวกับหนังสือรีเปลาคะ ขอคุณคะที่อาจารย์พูดเตือนสติ ปัญหาของอยู่ที่พ่อแม่มากกว่าตัวเด็กซะอีก ที่ไม่เข้าใจลูกเอาซะเลย ทั้งๆที่เค้าต้องการความช่วยเหลืออยู่ ที่ผ่านมามีเหมือนกับหลอกตัวเอง เพราะภาพของลูกชายเวลาปกติเค้าก็เหมือนเด็กทั่วไป แต่เวลาที่เรื่องอะไรที่ดูง่าย ๆ เช่น มารยาท การเข้าสังคม การเข้าแถว ก็กลายเป็นเรื่องยากสำหรับเค้า หรือที่บังคับให้ทำอะไรซะอย่าง โดยพ่อแม่มักจะบอกว่าเด็กดีต้องทำแบบนี้ เค้าจะต่อต้านทันทีว่า "ไม่ยากเป็นเด็กดี จะเป็นเด็กไม่ดี" หรือไล่พ่อกับแม่ให้ไปไกลๆ แต่พอเค้าหายโมโห เลิกโวยวายเสียงดัง สักพักก็จะเริ่มสงบ เข้ามาคลอเคลียพ่อแม่เหมือนเดิม เหมือนกับไม่มีอะไรเกิดขึ้น ถ้าให้เปรียบลูกเป็นหนังสือ ก็เป็นหนังสือที่เข้าใจยาก สับสน ไม่รู้ว่าตีความถูกรีเปลา

ตอบ

เนื้อหาในหนังสือและวิดีโอไม่เหมือนกันคะ ทั้งหมดเน้นปัญหาของเด็กออทิสติก คุณแม่คงต้องค่อย ๆ เทียบเคียงเอา หนังสือจะช่วยเป็นแนวทางให้คุณแม่ แยกความเป็น "ปกติ" ที่พ่อแม่ไม่ชอบ กับความ "ไม่ปกติ" ที่อาจจะหลงชื่นชม นานมาแล้ว เคยมีคุณพ่อท่านหนึ่งเขียนบทความเกี่ยวกับลูกที่เป็นแอสเพอร์เกอร์ลงในนิตยสาร โลฟ แอนด์ แฟมมีลี ของแปลน (ตอนนี้ปิดตัวไปแล้ว) เรื่อง เมื่อลูกเปลี่ยนชีวิตพ่อ และลงใน pocket book ของสำนักพิมพ์รักลูก จะพยายามหามาให้อ่านนะคะ จะเข้าใจปัญหาของลูกดีขึ้น

ตอนนี้อยากแนะนำให้

1. ลงไปคลุกคลีทำกิจกรรมที่ลูกสนใจ เพื่อสร้างความผูกพันกับลูกให้แน่นแฟ้น พร้อม ๆ กับใช้ภาษากายกับลูกให้มากขึ้น (นำเสียง สีหน้า ท่าทาง)
2. เวลาลูกอยากได้อะไร หรือไม่อยากทำอะไร เน้นการพูดคุย และใช้คำถามเกี่ยวกับอารมณ์ ความรู้สึก เช่น ชอบ/ไม่ชอบ ชอบเพราะอะไร ไม่ชอบเพราะอะไร รู้สึกอย่างไร อย่าเน้นคำถามความจำ (คำถามความจำคือคำถามที่คุณแม่เองก็รู้คำตอบแล้ว)
3. ถ้าลูกไม่ตอบ ต้องตั้งคำถามด้วยท่าทีที่เป็นมิตร สนุก อบอุ่น และไม่คาดหวัง
4. หาโอกาสพาลูกไปประเมินระบบสั่งการกล้ามเนื้อ และประสาทรับความรู้สึก โดยนักกิจกรรมบำบัด ซึ่งมีบริการตามโรงพยาบาล แล้วเอากิจกรรมนั้น ๆ มาประยุกต์ทำที่บ้าน ค่อย ๆ ทำไปคะ

ถาม

พยายามทำตัวเป็นเพื่อนกับเค้าอยู่คะ เค้าเล่นอะไรก็จะไปเล่นกับเค้าด้วย จากเดิมที่ดูอยู่ใกล้ๆเท่านั้น และก็พยายามทำกิจกรรมกับลูกชายอยู่คะ เพราะเค้าชอบอ่านหนังสืออยู่แล้ว และจะให้แม่หรือคนรอบข้างอ่านหนังสือให้ฟังตลอด แต่เดิมอ่านให้ฟังอย่างเดียว ตอนนี้ก็พยายามถามเพื่อให้เค้ามีสื่อสารโต้ตอบเราด้วย อยากถามอาจารย์อีกเรื่องคือ เวลาลูกเขียนหนังสือ พ่อเขียนหลายๆบรรทัดก็จะบ่นว่าปวดมือแล้ว ไม่รู้ว่าเพราะเค้า

จับดินสอไม่ถนัดกริปเปลา รู้แต่ว่าตัวหนังสือที่เค้าเขียนจะกดเข็ม จะมีวิธีฝึกทุกอย่างไรดีคะ ถ้ามองอีกข้อได้มีัยคะ หาก
เค้าดื้อโว้ยวายไม่ฟังเรา จะตะโกนว่าไม่เชื่อกๆ แล้วจะทำยังไงดี จะทำตัวเป็นคุณแม่ดู หรือปล่อยให้เค้าโว้ยวาย
จนเหนื่อยไปเอง และถ้าเหตุการณ์นี้เกิดในที่สาธารณะ กับในบ้าน ควรทำด้วยวิธีเดียวกันรีเปลา

ตอบ

เด็กน่าจะมีปัญหากล้ามเนื้อไม่แข็งแรงและไม่ทนทาน จำเป็นต้องได้รับการฝึกฝนเพื่อเพิ่มกำลังของ
กล้ามเนื้อ ด้วยการทำกิจกรรมที่หลากหลาย เช่น ปั่นดินน้ำมัน ฉีกกระดาษ พับกระดาษ ทั้งหมดนี้ ต้องทำใน
บรรยากาศที่สนุก อบอุ่น และน่าสนใจ หากได้รับการประเมินอย่างถูกต้องโดยนักกิจกรรมบำบัด จะช่วยให้
แก้ไขความบกพร่องที่แฝงอยู่ในเรื่องกล้ามเนื้อและระบบรับรู้ได้ดีกว่านี้ เพราะคาดว่าน่าจะมีปัญหากล้ามเนื้อ
ใหญ่ เช่น การรับบอล โยนบอล การวิ่งซิกแซก การกระโดด การทรงตัว

ส่วนเรื่องตะโกน ให้ลองถามตัวเองว่า คนเราจะเชื่อกันเมื่อไร ถ้าเราเจอคนที่เอาแต่บังคับและ ไม่
เข้าใจเรา ควรจะไว้ใจและเชื่อใจเขาไหม

ช่วงนี้มีเรื่องที่ต้องศึกษาและต้องทำหลายอย่าง แต่ละอย่างล้วนเป็นสิ่งที่คุณแม่ไม่คุ้นชิน อย่าพยายาม
แก้ปัญหาทุกอย่างพร้อมกัน

หมายเหตุ : ดิฉันขออนุญาตเจ้าของบทความ “เมื่อลูกเปลี่ยนชีวิตพ่อ” ได้แล้ว จะส่งให้อ่านนะคะ

ถาม

การฝึกฝนเพื่อเพิ่มกำลังของกล้ามเนื้อใหญ่ หากเสริมโดยให้เค้าไปเรียนเทนนิส จะช่วยได้รีเปลา แต่
คอร์สเรียนเทนนิสส่วนใหญ่จะมีแต่เรียนกลุ่ม เท่าที่เห็นก็ไม่ค่อยได้ดีเท่าไร ได้แต่เก็บลูกเป็นส่วนใหญ่ หรือ
สอนเองที่บ้านโดยโยนลูกบอลให้เค้าตี ส่วนเรื่องบังคับ คงเป็นเพราะปีที่แล้วเตรียมสอบเข้าสาธิต จะบังคับให้
เค้าทำโน่นทำนี่ ตัวหนังสือเตรียมสอบเข้า เพราะคิดว่าเค้าทำได้ ปัญหาเขาวน 1 เล่มสามารถทำภายในวันเดียว
และดูเค้าชอบทำด้วย แต่ไม่รู้ว่าแรงเค้าเกินไปหรือเปล่า ทำให้ตอนหลังๆเค้าจะชอบพูดว่าไม่อยากไปโรงเรียน
จะอยู่บ้าน ถ้าถามเค้าว่าโตขึ้นอยากเป็นอะไร เค้ามักจะตอบว่าไม่อยากเป็นอะไรเลย เรื่องบทความนั้น ขออาสา
พิมพ์ให้คะ รับผิดชอบต่อไม่นานคะ 😊

ตอบ

การจะให้ลูกฝึกทำอะไร ต้องดูว่าลูกมีโอกาสทำได้ 70-80 เปอร์เซ็นต์ คือไม่อยากจนน่าท้อใจ แต่ไม่
ง่าย จนลูกไม่ได้พัฒนาทักษะอะไรเลย และจะต้องย่อยงานเป็นชิ้นเล็ก ๆ อย่างเทนนิส ต้องอาศัยการจับไม้ที่
มันคง ใช้ตา-มือสัมพันธ์ สหสัมพันธ์ซ้าย-ขวา การวิ่งซิกแซก การทรงตัว การปรับความเร็ว ดูน่าจะยากนะคะ

น่าจะทดลองทีละเรื่อง ๆ แค่อามีอริบโยนบอลให้ได้ แล้วฝึกทักษะย่อย ๆ ก่อนจะดีกว่า

อย่าลืมว่า ลูกจะชอบทำอะไร ที่ระบบประสาทของลูก "บอก" ตัวเขาเองว่าง่าย และลูกจะหลีกเลี่ยงกิจกรรมที่ระบบประสาทของเขา "บอก" ว่ายากค่ะ

การช่วยเหลือลูก ต้องค่อย ๆ ทำไป อย่ารีบร้อน ที่สำคัญ อย่าเน้นผลลัพธ์ ให้ลูกทำสิ่งนั้นสิ่งนี้ให้ได้ แต่ให้เน้นสัมพันธภาพ ความเข้าอกเข้าใจ และกระบวนการคิดถึงความรู้สึก ทั้งของแม่และลูกค่ะ

ถาม

ดิฉันรับอาสาพิมพ์บทความนั้นให้ค่ะ จะได้มีประโยชน์กับคุณพ่อคุณแม่ท่านอื่นๆ ด้วย ที่อาจารย์บอก ให้เน้นสัมพันธภาพ ไม่เน้นผลลัพธ์ หมายความว่าเป้าหมายไม่สำคัญ เน้นวิธีการมากกว่า แต่ยังไงก็ต้องมีเป้าหมายหลักในใจใช่ไหมคะ เช่นอาทิตย์นี้ตั้งเป้าว่าเค้าต้องไว้วายน้อยลง เช่น จากความถี่ทุกวัน เป็น 2-3 วัน/ครั้ง

แล้วแรงเสริมทั้งบวก และลบ ควรใช้ด้วยรีเปลา่คะ เช่น ถ้าเค้าทำตามเงื่อนไขได้ มีรางวัลให้ หรือไม่ควรมี เพราะเหมือนทำให้เค้าติดสินบน ถ้าไม่มีรางวัลให้จะไม่ยอมทำ บทลงโทษควรมีรีเปลา่ เช่นถ้าเค้าโกรธไว้วาย ควรปล่อยให้เค้าเหนื่อยไปเองแล้วค่อยเข้าไปพูดด้วย จะยิ่งทำให้เค้าติดนิสัยไว้วาย หรือรีบเข้าไปปลอบตามใจไปก่อน เพราะเวลาเค้าโกรธ ไม่ได้เป็นแบบไล่จาก 1-2-3-4-5 แต่เป็น 1 แล้ว 5 เลย บางทีสก็ดไม่ทันวินแตกซะก่อน

ตอบ

ได้ดูวิดีโอหรือยังคะ ถ้ายัง ให้ดูหลาย ๆ เทียวกะ ดิฉันอธิบายหลักการทั้งหมดไม่วะ เรื่อง "ผลลัพธ์" กับ "กระบวนการ" ต้องแยกให้ออกคะ

ถ้าดูที่การ "ไว้วายน้อยลง" ซึ่งเป็นผลลัพธ์ เราก็จะกำหนดกฎเกณฑ์ (ถึงแม่จะเอาไว้ในใจ) ทำทึของเรากับลูก ก็จะเป็นลักษณะคาดคั้น และหวังผล

แต่ถ้าเป้าหมายคือ การอยากจะช่วยลูกด้วยจิตใจที่เป็นห่วง แม่อยากรู้จริง ๆ ว่าลูกรู้สึกอย่างไร แม่จะช่วยลูกได้อย่างไร แม่อยากจะช่วยลูกจริง ๆ การสื่อสารและสัมพันธภาพระหว่างลูกจะชัดเจน เอื้ออาทร และแน่นแฟ้น

แล้วสุดท้ายลูกจะรู้ว่ามีคนทีฟังพาได้ พูดคุยด้วยได้ เขาไม่ต้องไว้วายเพื่อให้อคนเข้าใจอีกแล้ว การไว้วายของเขาคะหายไปแบบที่คุณแม่ไม่รู้ตัวเลยว่ามีหายไปได้อย่างไร

แต่ถ้าแม่แอบคาดหวัง และกำหนดกฎเกณฑ์กับลูก "กระแสปะกัง" แบบนี้ จะถูกส่งต่อไปหาลูกให้เขา
ไม่รู้สึกละอายและไม่ปลอดภัย

ตอนอารมณ์เขาขึ้น คุณแม่สก็ดไม่ทัน เพราะลูกมีความบกพร่องเรื่องภาษาและการควบคุม
กล้ามเนื้อตัวเอง คุณแม่ก็ต้องช่วยเขาเรื่องนี้ด้วย

และอย่าลืมสำรวจตัวเองนะคะ ว่าเวลาคุณแม่โกรธ ตัวคุณแม่มีกี่ step

อ่านหนังสือและค่อย ๆ ทำความเข้าใจนะคะ บรรยายทุกเรื่องไม่ไหวจริง ๆ คำตอบเรื่องทำงาน
อารมณ์อยู่ในหนังสือเล่ม 5 ค่ะ

ถาม

คงต้องไปศึกษาให้มากขึ้นตามที่อาจารย์บอกค่ะ วันนี้เห็นบันทึกพฤติกรรมของลูก ที่คุณครูประจำชั้น
บรรยาย ก็รู้สึกทำงานเข้าเนคะ ตัวอย่างเช่น ไม่ยอมเข้าแถวร่วมกับเพื่อนๆ ไม่ร่วมกิจกรรม...ชอบเล่นคนเดียว
ไม่ยอมเล่นกับเพื่อนๆ ไม่ยอมเก็บที่นอน ไม่ยอมทำความสะอาดใครเลยแม้แต่ครูประจำชั้น พุดจาไม่เข้าใจกัน
ระหว่างครูกับเด็ก เวลาครูพูดจะโวยวายบางครั้งขว้างปาข้าวของ ควรจะใส่ความเห็นของผู้ปกครองว่าอย่างไรดี
คะ คุณครูจึงจะเข้าใจ เพราะตามที่คุณครูบันทึก ดูเหมือนว่าลูกเราเป็นตัวปัญหา แค่เด็กในห้องก็ 20 คนแล้ว
มาเจอตัวยุ่งอีก

ตอบ

ถามคุณแม่คะ



ไม่ยอมเข้าแถวกับร่วมกับเพื่อน กับ เข้าแถวร่วมกับเพื่อนไม่ได้

ไม่ยอมเล่นกับเพื่อน กับ เล่นกับเพื่อนไม่ได้

ไม่ยอมเก็บที่นอน กับ เก็บที่นอนไม่ได้

ไม่ยอมทำความสะอาด กับ ทำความสะอาดไม่ได้

เหมือนกันหรือเปล่า

แล้วปัญหาของลูกคืออะไรกันแน่ ดิฉันก็ไม่ทราบเหมือนกันว่าจะช่วยลูกของคุณแม่ได้แค่ไหน เพราะ
ปัญหานี้ดิฉันก็ยังช่วยให้คุณแม่เข้าใจอย่างแท้จริงไม่ได้

ถาม

นั่นสินะ ไม่เหมือนกัน “ไม่ใช่ไม่ยอมทำ แต่ทำไม่ได้มากกว่า” ปัญหาของลูกก็คือแม่ไม่ยอมเข้าใจลูก
อย่างแท้จริงซะที 😞

ดิฉันได้อ่านบทความที่อาจารย์ส่งให้แล้ว อ่านไปก็นึกถึงพฤติกรรมลูกชาย ทำไม่เหมือนกันจึงค่ะ ต้อง
บอกว่าคุณพ่อในบทความนี้สุดยอดมากค่ะในการเลี้ยงดูลูก เพราะ 10 ปีที่แล้ว ไม่มีใครรู้จักเด็กพิเศษกลุ่มนี้เลย
ปัจจุบันยังดีขึ้นมากมีอินเตอร์เน็ตให้ศึกษา คุณหมอเด็กก็มีความรู้มากขึ้น หากอาจารย์มีบทความแนะนำแบบนี้
อีกก็ขออีกนะคะ เพราะมีประโยชน์มากค่ะ ถ้าขอดประสพการณ์ตรงของคุณพ่อคุณแม่ เพราะจากที่เคยพบคุณ
หมอเด็กที่วินิจฉัยก็ให้คำแนะนำระดับหนึ่ง อ่านบทความนี้แล้วมีกำลังใจขึ้นเยอะ ชอบที่คุณพ่อในบทความบอก
ว่า “เขารับมือได้ ไม่ใช่ปัญหา” มองโลกในแง่บวก ชอบที่ลงท้ายว่า “ผมคิดว่าสวรรค์ส่งเขามาให้เราได้มีโอกาส
ช่วยเหลือพ่อแม่คนอื่นและเป็นกำลังใจให้กับเขาเป็นสิ่งดีที่ลูกมอบให้กับชีวิตพ่อ”

ตอบ

เท่าที่เคยพบมามีบทความนี้บทความเดียวที่ตรงประเด็นค่ะ บทความอื่นอ่านแล้วอาจจะทำให้ใจเรา
เพราะเน้นส่งเสริมทักษะที่เด็กชำนาญ ซึ่งล้วนเป็นทักษะที่เกิดจากความจำและการหมกมุ่นในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง
ซึ่งอาจจะเสียเวลาในการช่วยปรับพื้นฐานทางพัฒนาการให้เขาค่ะ เมื่อคุณแม่เข้าใจแล้ว ก็ลงมือได้เลยค่ะ เมื่อไร
ที่รู้สึกไม่ดี เอาบทความนี้มาอ่านอีกนะคะ

หนังสือที่แนะนำต่อไปคือ ช่วยให้ลูกอยู่ดีและอยู่ดีด้วยฟลอร์ไทม์ (หน้าปกสีแดง) เน้นอ่านบทที่ 1
และบทเกี่ยวกับพัฒนาการด้านอารมณ์ การวางกรอบและการทำโทษ และเด็กแต่ละคนล้วนแตกต่างกัน (เน้น
เรื่องเด็กอ่อนไหว หวาดกลัว และเด็กดื้อค่ะ)

ถาม

เมื่อคืนเจ้าลูกชายไม่ยอมนอน บอกว่าจะเป็นนกเค้าแมว เล่าข่าวภาคค่ำให้หลายตอน ยังเล่าข่าวไม่จบ
แต่ผู้ประกาศข่าวหลับไปซะก่อน ไม่รู้ว่าเมื่อก่อนมีแต่สิ่ง บอกให้เค้าทำโน่นทำนี่ พอฟังเค้ามากขึ้น จากที่มอง
เค้าว่าเป็นลูกต้องฟังแม่เท่านั้น ไม่รู้ว่าจะคิดไปเองรีเปล่า เค้าพูดความต้องการมากขึ้น สื่อสารดีขึ้น คงเป็นอย่างที่
อาจารย์บอก ที่เค้ามักพูดเสมอว่าไม่เชื่อ ไม่ฟัง ต้นเหตุเป็นเพราะตัวคุณแม่มากกว่าที่ทำให้เค้าไม่เชื่อ ไม่ใช่ว่า
เค้าดื้อก้าวร้าว เราต้องทำให้เค้าไว้ใจเชื่อใจให้ได้ แล้วทุกอย่างก็จะดีเอง ทุกปัญหาทางออกก็จะมีค่ะ เพียงแต่
เท่าตัวนี้ทั้งแม่และลูกอาจถึงเส้นชัยช้ากว่ากระต่ายก็ตาม แต่ยังไงก็ถึงแน่ค่ะ ไม่ได้ม่

ตอบ

เพียงแค่มแม่เข้าใจ ทำทีของแม่ก็เปลี่ยนไป สิ่งดี ๆ ก็ตามมา ไม่มีอะไรยากเกินค่ะ ยินดีด้วยค่ะ

ถาม

อยากจะคุยกับเจ้าของบทความ เพราะว่าประทับใจมาก และอยากทราบวิธีที่ท่านใช้ฝึกลูกค่ะ และอยากทราบเรื่องโรงเรียนของน้องคนนั้นด้วย เพราะยังมีเรื่องกลุ่มใจ ที่ครูและผู้ใหญ่คนอื่น ยังไม่เข้าใจลูกค่ะ

ตอบ

เรื่องที่ยากขอคุยกับเจ้าของบทความนั้น คงจะไม่สะดวกค่ะ เพราะท่านไม่พร้อมจะเปิดเผยตัวสำหรับโรงเรียน ท่านเจ้าของบทความเอง ก็ไม่ได้มีความสุขทุกปี บางปีก็โชคดี ครูเข้าใจ ก็ค่อยยังชั่ว บางปีก็ไม่ค่อยโอเค ดิฉันเองอยากจะทำให้คุณพยายามแก้ไขที่ตัวเองและลูกก่อน ไม่อยากให้หวังที่ปัจจัยภายนอก ซึ่งเราควบคุมไม่ได้

ส่วนวิธีการฝึกลูกนั้น ดิฉันคิดว่าผู้ปกครองท่านนี้ทำไม่ได้สมบูรณ์เท่ากับวิธีการพลอร์ไทม์ที่เต็มรูปแบบ เพราะท่านค่อย ๆ แกะ ค่อย ๆ ค้นหา และลองผิดลองถูก โดยไม่ได้ฟังพาดำร่าใด ๆ ก็เลยค่อนข้างอ้อม และเสียเวลาไปมากพอสมควรค่ะ

ปัจจุบัน มีเส้นทางที่ตรงกว่า สะดวกกว่า ให้เลือกเดินแล้ว ที่นี้ก็ขึ้นอยู่กับว่าคุณแม่พร้อมที่จะพาลูก "ออกเดินทาง" ด้วยตัวของคุณแม่เอง แล้วหรือยัง

ถาม

ไม่เป็นไรค่ะ ถ้าวินัยที่ถ่ายทอดประสบการณ์ของเจ้าของเรื่องก็เป็นวิทยาทานและมีประโยชน์มากมายเลยคะ เพราะที่ผ่านมามีเหมือนตาบอดคลำช้าง บางครั้งเหมือนภาพลวงตา กว่าจะทำให้ว่าลูกเราเป็นเด็กพิเศษจริงๆ ก็หลายเดือน

แค่พ่อกับแม่กว่าจะทำเข้าใจกับอาการที่ปกติของเค้าแต่ไม่ปกติสำหรับคนอื่น ก็ใช้เวลา ดังนั้นการที่จะหวังให้โรงเรียน หรือ คุณครูเข้าใจก็คงยากยิ่งกว่า

สำหรับเส้นทาง Floortime ที่อาจารย์บอก กำลังเริ่มต้นค่ะ ผู้จับกับผู้โดยสารอาจไม่ชำนาญทาง คงต้องค่อยๆขับไปอย่างช้าๆ หากดูแผนที่แล้วไม่เข้าใจ คงต้องรบกวนถามเส้นทางกับอาจารย์ด้วยนะคะ อาจารย์อย่าเพิ่งเบื่อนะคะ ขอบคุณล่วงหน้าค่ะ หากอาจารย์มีบทความที่มีประโยชน์ ส่งมาให้พิมพ์ได้เลยนะคะ ยินดีค่ะ เป็นประโยชน์กับผู้ปกครองท่านอื่นๆ

