

SENSORY INTEGRATION

การเล่นเพื่อแก้ปัญหาพื้นฐานของระบบประสาท



มาลัย จันทร์สุข
นักกิจกรรมบำบัด
งานกิจกรรมบำบัด กลุ่มงานเวชศาสตร์ฟื้นฟู
โรงพยาบาลเลิดสิน



Play

เล่นดี สมองดี มีศักยภาพ



การเล่น เป็นปัจจัยสำคัญในการเพิ่มพลังสมองของเด็ก
ขณะที่เด็กเล่น คลื่นสมองจะพัฒนาได้เต็มที่ และสามารถ
เพิ่มการเรียนรู้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ทั้งยังเสริมสร้าง
พัฒนาการด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญาไป
พร้อมๆกัน



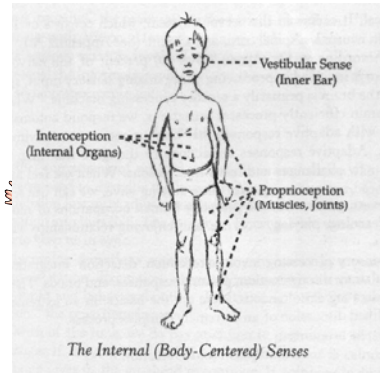
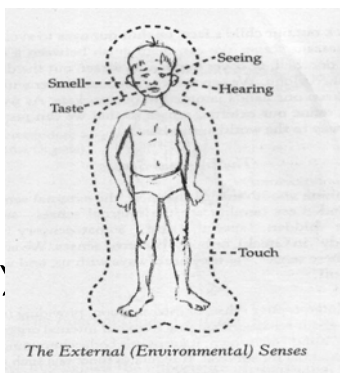
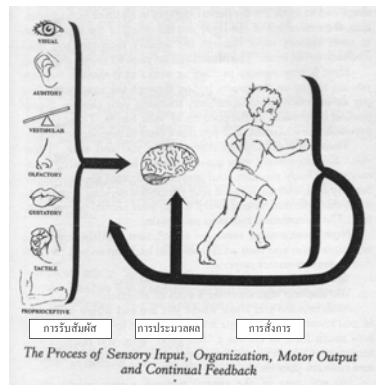
7 Senses

พัฒนาได้ด้วยการเล่น

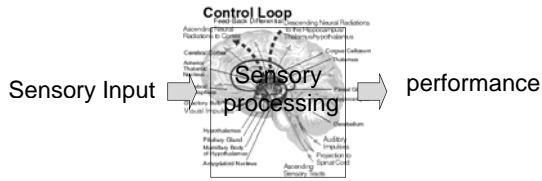
SENSORY INTEGRATION

'the organization of sensation for use'

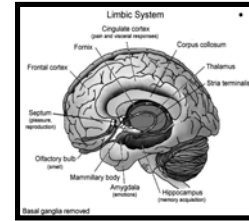
กระบวนการการทำงานของสมองในการจัดระเบียบสัญญาณประสาท ที่รับจากอวัยวะรับความรู้สึกแล้วผสมผสานหรือคัดกรองความรู้สึกนั้นเพื่อตอบสนองต่อสิ่งเร้าได้อย่างเหมาะสมในการทำกิจกรรมต่างๆในชีวิตประจำวัน



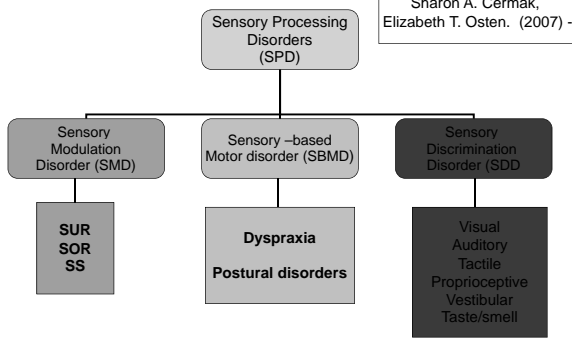
How people process sensory information (Dunn,2001)



สิ่งที่รับความรู้สึกเข้ามาทางการมองเห็น การได้ยิน การสัมผัส การได้กลิ่น การรับรส และการเคลื่อนไหว มีส่วนสำคัญที่เชื่อมโยงกับอารมณ์ (inside sensory: sensory memory) นั้นเรียกว่า "Sensory Anchor" (Hutchinson, 2005)



SPD



Lucy Jane Miller, Marie E. Anzalone, Shelly J. Lane, Sharon A. Cermak, Elizabeth T. Osten. (2007) -

Sensory modulation problems

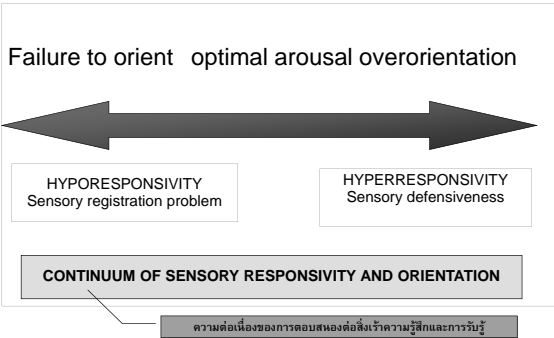
- Sensory modulation



การที่ระบบประสาทส่วนกลางควบคุมการทำงานของตัวมันเอง (Ayres, 1979)

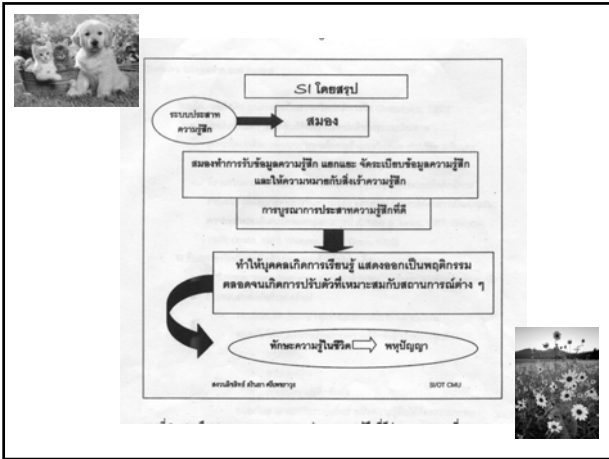
- สมมุติฐาน: ระบบประสาทส่วนกลางรับสิ่งเร้าความรู้สึกเข้ามา และสิ่งเร้านี้ช่วยในการควบคุมการทำงานของสมอง ดังนั้นสมองจะตอบสนองต่อสิ่งเร้าเหล่านั้น ๆ เช่น ตอบสนองต่ำหรือช้า หรือตอบสนองเร็วหรือไว แต่ในแต่ละวัน สมองจะปรับเปลี่ยนการทำงานตลอดเวลาเพื่อให้เกิดการตอบสนองที่สมดุล

Sensory modulation problems



| ระดับเริ่มต้น | กระบวนการของระบบประสาทความรู้สึก | | การแสดงผลในเชิงพฤติกรรม |
|---------------|----------------------------------|-------------------------|-------------------------|
| | การรับรู้ | การประมวลผล | |
| การได้ยิน | การได้ยินที่ผิดปกติ | การได้ยินที่ผิดปกติ | การได้ยินที่ผิดปกติ |
| การมองเห็น | การมองเห็นที่ผิดปกติ | การมองเห็นที่ผิดปกติ | การมองเห็นที่ผิดปกติ |
| การสัมผัส | การสัมผัสที่ผิดปกติ | การสัมผัสที่ผิดปกติ | การสัมผัสที่ผิดปกติ |
| การได้กลิ่น | การได้กลิ่นที่ผิดปกติ | การได้กลิ่นที่ผิดปกติ | การได้กลิ่นที่ผิดปกติ |
| การรับรส | การรับรสที่ผิดปกติ | การรับรสที่ผิดปกติ | การรับรสที่ผิดปกติ |
| การเคลื่อนไหว | การเคลื่อนไหวที่ผิดปกติ | การเคลื่อนไหวที่ผิดปกติ | การเคลื่อนไหวที่ผิดปกติ |





SID-Sensory Integrative Dysfunction

- ปัญหาการเขียนหนังสือ วาดรูป ระบายสี คัดกระดาษ
- งอแงหรือหงุดหงิดง่าย จากเสียงหรือกลิ่น
- มักจะหลีกเลี่ยงการเล่นในสนามเด็กเล่น ไม่เล่นเครื่องเล่นปีนป่ายห้อยโหน หรืออื่นๆในสนามเด็กเล่น
- ต้องการความช่วยเหลือในการทำกิจกรรมต่างๆ หรือเพื่อจัดการงานที่ต้องทำ หรือต้องช่วยทำให้เสร็จ
- ทักษะทางสังคมไม่ดี ไม่เหมาะสม
- ปัญหาการใช้มือเพื่อทำกิจกรรม กล้ามเนื้อมัดเล็ก

SID-Sensory Integrative Dysfunction

- ปัญหาการแต่งตัว การกิน การรับประทานอาหาร
- ไม่ชอบสระผม ล้างหน้า ตัดผม ตัดเล็บ แปรงฟัน
- ตอบสนองต่อความเจ็บปวด มากหรือน้อยเกินไป
- แสวงหาการรับสัมผัส กล้ามเนื้อเอ็น และข้อต่อ การเคลื่อนไหว กลิ่น รส การมองเห็น
- มีระดับการตื่นตัวสูงหรือต่ำ/ ไม่มีการพัก
- ปัญหาการนอนหลับ กล้ามเนื้อมัดเล็ก

SID-Sensory Integrative Dysfunction

- ทำไม่นั่งเอ่หงุดหงิดง่ายกับทุกสิ่งทุกอย่างรอบตัว ไม่ชอบใส่เสื้อผ้าใหม่ๆ จะใส่เสื้อบางตัวเท่านั้น เลือกรับประทานอาหาร และทำให้น้องเอ่ทำเหมือนกับว่าไม่ชอบกับทุกสิ่งทุกอย่าง เหมือนไม่ถูกใจ หรืออ่อนไหวง่าย ร้องไห้โอดโอยบ่อยครั้ง
- ทำไม่นั่งพิ่มีปัญหากับการบ้านทุกวัน คือ ปัญหาการลอกคำสั่งการบ้าน จากกระดานลงสมุด จะใช้เวลานานมากกว่าเพื่อนครั้งครูต้องให้เวลาเป็นพิเศษเพื่อจัดการบ้าน



พฤติกรรมที่แสดงออก ที่บอถึงการจัดการและประมวผลผล ความรู้สึกในชีวิตประจำวัน

Taste and smell processing

- ต้องเดินออกจากบริเวณที่ได้กลิ่น เช่น กลิ่นน้ำยาล้างห้องน้ำ กลิ่นเทียน หรือรูปหอมซึ่งคนปกติไม่รู้สึก **Sensory avoidance**
- ทานอะไรก็ได้ ไม่เรื่องมาก รสชาติยังงั้ก็ได้ **Low registration**
- ชอบดมกลิ่นดอกไม้หอมหรือเข้าไปสูดดมกลิ่นหอมเมื่อเห็น **Sensory seeking**
- ไม่ชอบรสชาติจัดๆ ของอาหารหรือขนม เช่น ลูกอมรสเปรี้ยวจัด เครื่องดื่มร้อนๆ มีกลิ่นอบเชย **Sensory sensitivity**



พฤติกรรมที่แสดงออก ที่บอถึงการจัดการและประมวผลผล ความรู้สึกในชีวิตประจำวัน

Touch processing

- ไม่ชอบให้ใครมาลูบหลัง **Sensory sensitivity**
- ชอบมากเวลาที่มีใครมาจับเล่นผมหรือเวลาตัดผม **Sensory seeking**
- เดินหลีกเลี่ยงออกมาเมื่อมีใครเข้ามาใกล้ขีดตัวมากเกินไป **Sensation Avoiding**
- มีรอยขีดหรือจ้ำ รอยลอกตามเนื้อตัวแต่นึกไม่ออกว่าได้มาอย่างไร เมื่อไหร่ **Low registration**



พฤติกรรมที่แสดงออก ที่บ่งถึงการจัดการและประมวลผลความรู้สึกในชีวิตประจำวัน



Movement Processing

- กลัวความสูงหรือไม่ชอบนั่งรถเพราะเวียนหัวง่าย **Sensory sensitivity**
- หลีกเลี่ยงการใช้ลิฟท์หรือบันไดเลื่อนเพราะไม่ชอบการเคลื่อนไหวในขณะนั้น **Sensation Avoiding**
- สะดุดหรือชนโน้นชนนี่เป็นประจำ **Low registration**
- ชอบการเคลื่อนไหว เช่น เดินรำ วิ่ง หรือ ชอบกิจกรรมที่ต้องใช้แรงใช้ร่างกาย **sensory seeking**

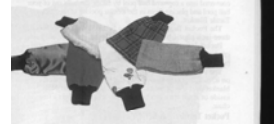
กิจกรรมเพื่อส่งเสริมระบบการสัมผัส

- การสัมผัสแบบเบสิก เช่น การเล่นลักษณะแซนด์ วิช โดยให้เด็กอยู่ตรงกลาง ใช้หมอน/ที่นอนวางพาดตัวเด็ก หรือใช้วัตถุชนิดที่มีความหนัก
- อ่างบอล/พลาสติกใบใหญ่ ข้างในบรรจุด้วยลูกบอลที่มีขนาดแตกต่างกัน หรือจะประยุกต์โดยใช้ข้าว ถั่ว หมอน โฟม ให้เด็กกลิ้งเล่นในอ่างบอล
- ให้เด็กนั่ง นอน กลิ้งตัวบนผ้าพื้นใหญ่ที่มีพื้นผิวแตกต่างกัน
- สัมผัสแบบแผ่วเบาโดยให้เด็กคลานบนจุนนอน เอนหลังบนหมอนใบใหญ่ นั่งบนเก้าอี้ มือถือหมอนถั่ว น้ำหนัก
- นอนคว่ำ ทำท่ายาวนบนที่นอนพื้นใหญ่
- กลิ้งตัวบนที่มีพื้นผิวต่างๆ หยิบของจากที่หนึ่ง ไปยังอีกที่หนึ่ง



กิจกรรมเพื่อส่งเสริมระบบการสัมผัส

- ทำไลเซน/ออยล์/ครีม ตามแขน ขา ใบหน้า หลัง
- ใช้นิ้วเขียนตัวอักษร/วาดรูปบนหลัง แล้วให้เด็กทาย
- เล่นเกมแต่งตัว (เสื้อผ้าที่มีขนาด พื้นผิวแตกต่างกัน)
- ใช้น้ำจุ่มสีน้ำเขียนตัวอักษร/วาดรูปบนกระดาษทราย
- ใช้สบู่อาบน้ำที่มีรูปแบบต่างกัน (สบู่ก้อน สบู่เหลว) หรือใช้ที่ขัดตัวร่วมด้วย
- เอาหม้อหรือวัสดุในธรรมชาติมาทำเป็นเครื่องประดับ เช่น ถักเป็นกำไล
- เด็กหลับตา ผู้ปกครองใช้นิ้วแตะตามส่วนต่างๆของร่างกายแล้วให้เด็กทายว่าผู้ปกครองแตะตรงไหน



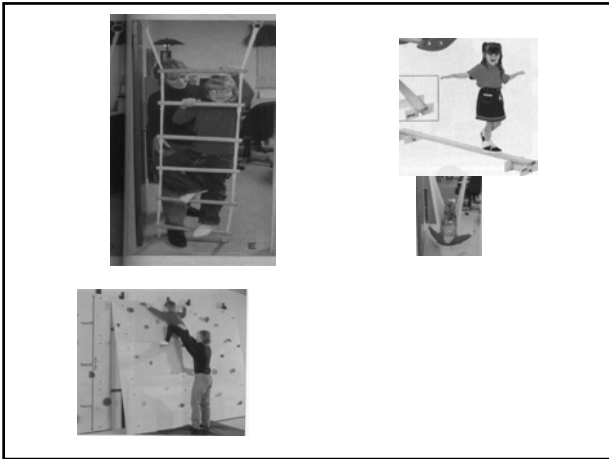
White room



กิจกรรมเพื่อส่งเสริมระบบการทรงตัวและการเคลื่อนไหว



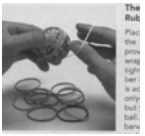
- การกลิ้งตัวบนเตียง ที่นอน
- การเดินบนทางลาด เติมนบนขอบทาง
- การเดินบนเส้นเชือก
- การนั่งชิงช้า การแกว่งในทิศทางต่างๆ ใ้ไวโรชั่น (นั่งชิงช้าขางในรถยนต์)
- การนั่งโยกเก้าอี้โยก เก้าอี้หมุน เติมนบนไม้ที่หมุนได้ (Spin)
- นอนคว่ำบนเปลญวน ด้าย (Net Swing) แกว่งในทิศทางต่างๆ หมุน
- กิจกรรมขี่ม้า ชิงช้า
- กิจกรรมการเดินรำ การกระโดด การเต้นประกอบกิจกรรม
- นั่งนอน พาดบนลูกบอลใหญ่ในทิศทางต่างๆ
- การเดินบนสะพานแคบ
- การกระโดดบน Trampoline
- นั่งนอนคว่ำเลื่อนลงมาจากสะพานเลื่อน (Slider)
- การเล่นกระดานเลื่อน (Scooter Board)
- บันจอลอย เล่นเกมวิ่งเปี้ยว เล่นเกมวิ่งไล่จับ เล่นเกมเรือบอล

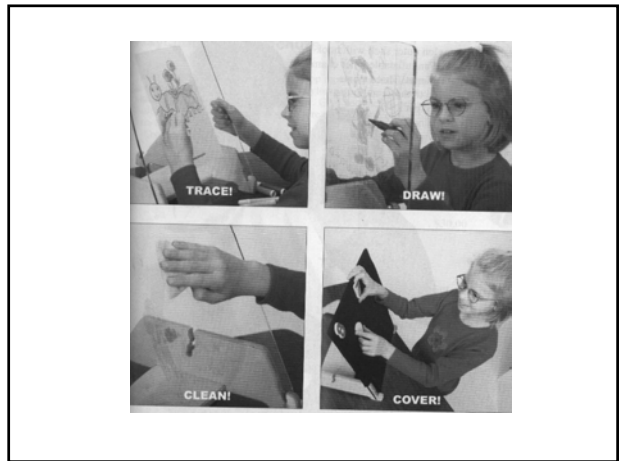
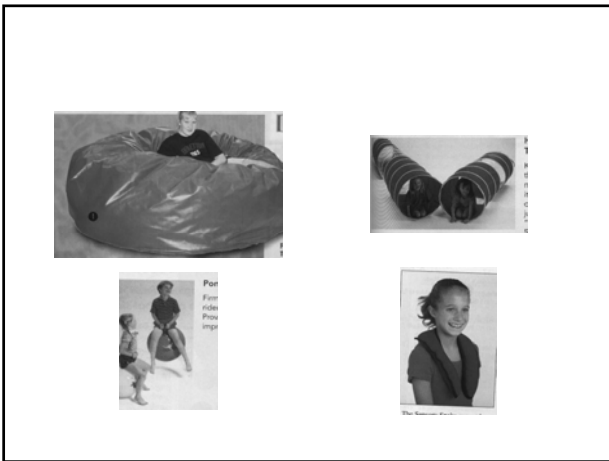




กิจกรรมเพื่อส่งเสริมระบบกล้ามเนื้อ เอ็น ข้อต่อ และการทรงท่า


- การผลักกล่องที่มีน้ำหนักในทิศทางต่างๆ
- การชัก ดันหมอน ขนาดใหญ่
- การผลัก การดันฝ่ามือกับ ฝ่าผืน หรือเพื่อน
- การคลาน กระโดดบนแทม โพลีน/โซฟา/เบาะ
- เล่นชักเหยื่อ นอนคว่ำวิดพื้น
- ชักผ้า บิดผ้า กรอกน้ำใส่ขวด
- ใช้มือคี/คบบลูกบอล คบมือประกอบจังหวะ
- เชื้อคกระจก/เชื้อคกระดาน
- ใช้ไม้ตีก้อนน้ำแข็ง/ตอกตะปู



กิจกรรมเพื่อส่งเสริมระบบการมองเห็น

- เล่นเกมไฟฉาย ฉายไฟไปที่กำแพง ฝาผนัง ให้เด็กเอามือไปแตะ หรือชี้ไปที่ภาพต่างๆ
- เล่นละครเงาให้เด็กดู หรือชี้นิ้วทำท่าเสด็จต่างๆให้เด็กทาย
- เล่นเกมหาตัว ตัว ก โดยใช้ปากกาวางกลม ก ในหน้าหนังสือนิยายต่างๆ หรือหาคำศัพท์ที่ขึ้นต้นด้วยตัว ก เป็นต้น
- เล่นเกมจับคู่รูปภาพหรือเกมจับคู่ภาพ
- หอบสิ่งของตามสั่งจากสิ่งของที่วางปนๆกัน
- หอบวัตถุ/ลูกแก้ว /เหรียญที่วางปนกันใส่ขวดปากแคบ
- โยนบอลใส่แก้วน้ำพลาสติกให้ล้มตามตำแหน่งต่าง
- ใช้สายยางฉีดน้ำรดน้ำต้นไม้ตามกระถางที่วางในตำแหน่งต่างๆตามสั่ง
- ใช้สายยางฉีดขวดน้ำที่มีน้ำบรรจุอยู่ให้ล้ม

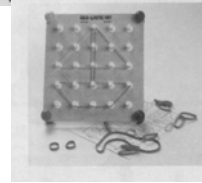
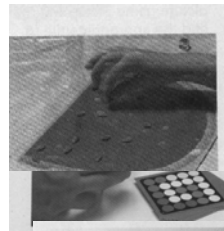


Visual stimulation

- กระตุ้นให้เด็กมองวัตถุที่คุ้นเคยและมีความสำคัญต่อเด็ก เช่น รูปภาพสำคัญของคนรอบครัว สิ่งของที่สำคัญของเด็ก หรือรูปภาพหรือภาพวิดีโอเหตุการณ์หรือบุคคลที่เด็กรู้จัก




- นอกจากนั้นอาจให้เด็กลองดูสิ่งแวดลอมนอกบ้านเช่น ดอกไม้ ต้นไม้ สัตว์ เป็นต้น



Bubble tube

Vision, touch, sound



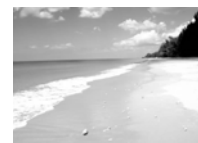
กิจกรรมเพื่อส่งเสริมระบบการได้ยิน

- เปิดเพลงบรรเลง เสียงเบาๆ/ใส่หูฟังขณะทำการบ้าน
- ฟังเสียงจากเทปแล้วบอกว่าเสียงที่ได้ยินคือเสียงอะไร
- เคลื่อนไหวประกอบเสียงดนตรี เสียงเพลง/จังหวะเคาะ เช่น เคาะเสียงดังและเร็วให้เดิน เคาะเสียงเบาเป็นจังหวะสม่ำเสมอให้วิ่ง
- เล่นเกมจับคู่เสียงที่ได้ยินกับรูปภาพ
- เล่นเกมทายปัญหา เล่นเกมพากระซิบ
- อ่านหนังสือออกเสียง
- เกมเก้าอี้ดนตรี ร้องเพลง ลมพัดมพัด /ร่างกาย/สัตว์



Auditory stimulation

- ใช้การกระตุ้นด้วยเสียงต่างๆ อาจเป็นเพลงที่เด็กชอบ หรือเป็นเสียงที่คุ้นเคยในชีวิตประจำวัน เช่น เสียงในธรรมชาติ เสียงเพลงในอดีต เสียงในชีวิตประจำวัน เป็นต้น
- หากเด็กมีปัญหาการได้ยินจำเป็นต้องฟังซ้ำๆหรือเปิดเพลงให้เสียงดังกว่าปกติ





กิจกรรมเพื่อส่งเสริมระบบการรับรส

- ให้เด็กได้มีประสบการณ์ในการชิมอาหารรสชาติต่างๆ โดยเริ่มจากอาหารที่เด็กชอบทานแล้วปรับแทรกอาหารใหม่เข้ามาทีละนิด ตอนแรกแค่ให้เด็กมอง จับ ชิม ให้กินทีละน้อย อย่าเพิ่งไปบังคับหรือให้ความเข้มมากเพราะจำทำให้เด็กยิ่งต่อต้าน ส่วนเด็กที่ชอบทานอาหารรสจัด เช่น เค็มมาก เผ็ดมาก ต้องค่อยๆปรับรสชาติที่จัดให้น้อยลงจนเข้าสู่ภาวะปกติ



- การทายรสชาติอาหารจากการลองให้ชิม
- กิจกรรมการทำอาหารอย่างง่าย เช่น ชงเครื่องดื่มร้อน



Taste stimulation

- อาจทำการกระตุ้นร่วมกับมืออาหารของเด็ก โดยตามเกี่ยวกับอาหารถึง รสชาติ ส่วนประกอบอาหาร วิธีการทำอาหารที่เด็กเคยทำเพื่อเป็นการรื้อฟื้นความจำด้านรสชาติอาหาร



กิจกรรมเพื่อส่งเสริมระบบการรับกลิ่น

- จัดหากลิ่นธรรมชาติต่างๆมาให้เด็กได้มีประสบการณ์ผ่านการทำกิจกรรม เช่น แกะเปลือกส้ม ร้อยดอกไม้ เอาหญ้ามาถักเป็นกำไลข้อมือ ผ่านการทำกิจกรรมที่มีจุดมุ่งหมายโดยเริ่มฝึกจากกลิ่นที่เด็กรับได้แล้ว ค่อยปรับความสามารถหลากหลายและความเข้มของกลิ่นเพิ่มขึ้น ส่วนเด็กที่ชอบกลิ่นแรงๆหรืออุณหภูมิรับลดความเข้มของกลิ่นลงจนปกติ

•Lavender oils → เพิ่ม duration of sleep ให้ยาวนานขึ้น (Henry et al.,1994)

•การใช้ lemon balm ผสมโลชั่นทาบริเวณแขน พบว่าอารมณ์ดีขึ้น



- อาจให้การจัดสภาพแวดล้อมที่บ้านด้วยการปลูกต้นไม้ ดอกไม้ที่ผู้ปวยรู้จักและมีกลิ่น หรือวัตถุข้าวของเครื่องใช้ที่มีกลิ่น เช่น แป้งสนู โลชั่น ฯลฯ




- กิจกรรมการสำรวจด้วยกลิ่น การดมกลิ่นแล้วทายว่าเป็นวัตถุหรือสิ่งของประเภทใดเป็นต้น หรือให้เล่าเรื่องกลิ่นที่เชื่อมโยงกับเหตุการณ์ที่จำได้ เป็นต้น



- อาจใช้อุปกรณ์ในห้อง snoezelen ช่วยกระตุ้น ได้แก่ aroma diffuser

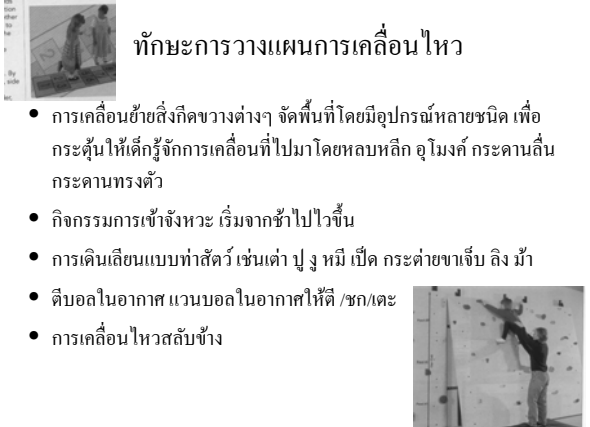


Aroma diffuser



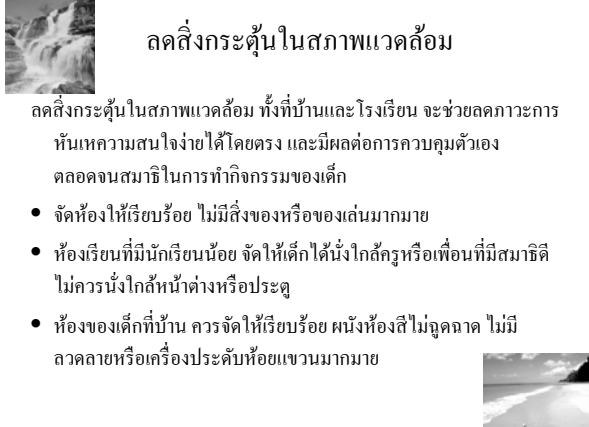
smell

ทักษะการวางแผนการเคลื่อนไหว



- การเคลื่อนย้ายสิ่งกีดขวางต่างๆ จัดพื้นที่โดยมีอุปกรณ์หลายชนิด เพื่อกระตุ้นให้เด็กรู้จักการเคลื่อนที่ไปมาโดยหลบหลีก อุโมงค์ กระดานลื่น กระดานทรงตัว
- กิจกรรมการเข้าจังหวะ เริ่มจากช้าไปไวขึ้น
- การเดินเลียนแบบท่าสัตว์ เช่นเต่า ปู งู หมี เป็ด กระต่ายขาจับ ลิง ม้า
- ติบอกลในอากาศ แวนบอลในอากาศให้ตี /ชก/เตะ
- การเคลื่อนไหวสลับข้าง

ลดสิ่งกระตุ้นในสภาพแวดล้อม




ลดสิ่งกระตุ้นในสภาพแวดล้อม ทั้งที่บ้านและ โรงเรียน จะช่วยลดภาวะการหันเหความสนใจง่ายได้โดยตรง และมีผลต่อการควบคุมตัวเอง ตลอดจนสมาธิในการทำกิจกรรมของเด็ก

- จัดห้องให้เรียบร้อย ไม่มีสิ่งของหรือของเล่นมากมาย
- ห้องเรียนที่มีนักเรียนน้อย จัดให้เด็กได้นั่งใกล้ครูหรือเพื่อนที่มีสมาธิดี ไม่ควรนั่งใกล้หน้าต่างหรือประตู
- ห้องของเด็กที่บ้าน ควรจัดให้เรียบร้อย ผ่นห้องสีไม่ฉูดฉาด ไม่มีลวดลายหรือเครื่องประดับห้อยแขวนมากมาย

ลดสิ่งกระตุ้นในสภาพแวดล้อม


- เก็บของให้เป็นระเบียบเรียบร้อย โดยเก็บไว้ในตู้หรือกล่อง
- จัดสถานที่เงียบๆ ให้เด็กทำงาน
- หักให้เด็กทำกิจกรรมอย่างเงียบๆ
- จำกัดเวลาในการดูโทรทัศน์ วีดิโอเกมส์ และเกมคอมพิวเตอร์
- มีปฏิสัมพันธ์อย่างเงียบสงบ



การลดภาวะซุกซน อยู่ไม่นิ่ง

Physical exertion and tension reduction

- Jumping exercise (jumping jack ,rope skipping , basket ball shoting)
- Running exercise
- Sit-up, push-ups



การลดภาวะซุกซน อยู่ไม่นิ่ง

Relaxation Training

- Body relaxation
- Progressive relaxation
- Listening to music
- Rocking chair
- Yoka modulation
- Breath deeply and slowly






การลดภาวะชุกชุน อยู่ไม่นิ่ง

Orther(wilson,E.B.1999)

- Swing slowly in a regular net or large hammock
- Stroke firmly down and either side of the vertebral column with you index and middle
- Lie the child on a bolster swing and give him firm touch pressure
- Invert the child across a bolster swing, his head hanging



การลดภาวะชุกชุน อยู่ไม่นิ่ง

- Brush with a soft paint brush
- Watch and egg-timer ,two difference coloured egg-timer,while rocked gently
- HAVE A GOOD BEHAVIOR CHART



การเพิ่มสมาธิ

Attention span training

- Candle watch
- Pendulum
- Fisher game
- Hidden objects
- Card matching
- Listening to stories
- การทำกับเด็กแบบตัวต่อตัว การฝึกสมาธิแบบต่อเนื่อง การออกกำลัง



Treatment Ideas

สำหรับการเลือกใช้อุปกรณ์เพื่อการรักษา

ตามทฤษฎีและการบูรณาการประสาทความรู้สึกล

- ที่สำคัญ สนุกกับการรักษา เคารพในตัวตนของเด็ก และผู้บำบัดควรคิดอย่างสร้างสรรค์เพื่อการประยุกต์ใช้
- เพื่อความปลอดภัยและให้การรักษาเป็นไปอย่างถูกต้องเหมาะสมควรเป็นการรักษาที่จัดให้โดยนักกิจกรรมบำบัดที่ได้ฝึกหัดเฉพาะเท่านั้น
- เรียนรู้จากตัวเรา เรียนรู้จากการลงมือทำและประสบการณ์ความรู้สึกล

การแก้ปัญหาพื้นฐานของระบบประสาท & ฟลอร์ไทม์

พญ แก้วตา นพฉวีจารีเลิศ

กุมารแพทย์พัฒนาการเด็ก

สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว มหาวิทยาลัยมหิดล

การแก้ปัญหาพื้นฐานของระบบประสาท

- ฝึก SI ที่บ้าน + ฟลอร์ไทม์
- พาลูกเผชิญสิ่งแวดล้อมใหม่ๆ
- การฝึกกับนักบำบัด

ฝึก SI ที่บ้าน + ฟลอร์ไทม์

- เล่นกับลูกที่บ้าน
 - ออกกำลังกายพื้นฐาน คลาน วิ่ง กลิ้ง เลื้อย คืบ เดินย่อตัว กระต่ายขาเดียว กระโดดโลดเต้น เดินร่ำ ทำท่าแปลกๆ หมุนตัว ฝึกการทรงตัว
 - ฝึกการควบคุมร่างกาย เช่น แรงบา สูงต่ำ เร็วช้า เปลี่ยนทิศทาง
 - จักรยาน เล่นทราย เป่าขลุ่ย ขลุ่ยโต้ โยนลูกบอล เล่นชิงช้า ม้าหมุน
- ชวนลูกทำงานบ้าน
 - ทำครัว รดน้ำต้นไม้ กวาดบ้าน เรียงเสื้อผ้าใส่ตู้

พาลูกเผชิญ สิ่งแวดล้อมใหม่ๆ (เก็บรายละเอียด SI)

- ไปเที่ยวด้วยกันทุกวันหยุด
 - ท้องเที่ยวธรรมชาติ เที่ยวทะเล เที่ยวภูเขา ทุ่งนา ฟาร์มเลี้ยงสัตว์
 - สวนสนุก สวนสัตว์ สวนสาธารณะ พิพิธภัณฑ์
- สิ่งแวดล้อมรอบตัว “ธรรมดาๆ” ในชีวิตประจำวัน
 - นั่งรถเมล์ นั่งรถไฟ นั่งรถตุ๊กตุ๊ก นั่งรถสองแถว นั่งเรือด่วน
 - ไปตลาดสด ไปวัด เที่ยวงานลอยกระทง พาลูกไปเวียนเทียน
 - เปลี่ยนสถานที่ที่เคยไปประจำ เช่น เปลี่ยนร้านตัดผม เปลี่ยนร้านอาหาร
 - ฝึกการช่วยเหลือตัวเอง เช่น ไปเซเว่น - ให้เด็กเดินเข้าไปซื้อขนมเอง แม่รออยู่ที่ประตูหน้าร้าน

การฝึกกับนักบำบัด

- เพื่อ “การเรียนรู้” ของพ่อแม่
 - นักบำบัดช่วยประเมินลูกอย่างเป็นระบบ และให้คำแนะนำใหม่ๆ
 - พ่อแม่ได้มีโอกาสนิ่งใจความก้าวหน้าของลูก เช่น
 - ลูกเริ่มติดแม่ ไม่ยอมเข้าห้องฝึก
 - ลูกเริ่มถือ ไม่ทำตามครูเหมือนแต่ก่อน
 - ลูกไม่ยอมทำกิจกรรมใดๆ แต่ “คิด” พลิกแพลงเพื่อให้งานเสร็จเร็วขึ้น
- เพื่อให้พ่อแม่ได้มีเวลาส่วนตัว พักผ่อน หรือมีเวลาพิเศษให้ลูกอีกคน
- เด็กได้ฝึกทักษะใหม่ๆ

พ่อแม่ต้องมีเวลาคุณภาพให้กับลูก & พ่อแม่ต้องพัฒนาตัวเองในทุกๆด้าน