



การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ในออทิสติก (Autism Spectrum Disorder: Behavior Modification)

นพ.วิศักดิ์ สิริรัตนเรชา
จิตแพทย์เด็กและวัยรุ่น

โปรแกรมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม (Behavior Modification) ประกอบด้วย การวิเคราะห์พฤติกรรมแบบประยุกต์ (Applied Behavior Analysis; ABA) และกระบวนการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม (Behavioral Modification Procedure) โดยมีวัตถุประสงค์หลัก 3 เรื่อง

- 1) ส่งเสริมพฤติกรรมที่เหมาะสมให้คงอยู่ต่อเนื่อง
- 2) หยุดพฤติกรรมที่เป็นปัญหา
- 3) สร้างพฤติกรรมใหม่ที่ต้องการ

การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ควรทำตั้งแต่อายุน้อย ทำอย่างเข้มข้น และทำอย่างต่อเนื่อง เป็นสิ่งที่สำคัญที่สุด โดยไม่ขึ้นกับโปรแกรม หรือปรัชญาที่ใช้ในการฝึก พบว่าช่วยเสริมสร้างทักษะด้านภาษา ทักษะสังคม ทักษะการคิด และทักษะอื่นๆ นอกจากนี้ยังช่วยลดระดับความเครียดของผู้ปกครองด้วย

ในการประเมินพฤติกรรมอย่างเป็นระบบ จะทำการประเมินทั้ง ทักษะการปรับตัว (Adaptive skill) และ ลักษณะพฤติกรรมที่เป็นปัญหา (Problem behavior)

ทักษะการปรับตัว มักประเมินโดยใช้ แบบประเมิน Vineland Adaptive Behavior Scales หรือสังเกตจากการเล่นของเด็ก ว่าเป็นลักษณะการเล่นแบบใด ส่วนลักษณะพฤติกรรมที่เป็นปัญหา แบบประเมินที่นำมาใช้ได้แก่ The Autism Diagnostic Interview (ADI) หรือ The Autism Diagnostic Observation Schedule (ADOS)

เทคนิคที่ใช้มีพื้นฐานมาจากหลักการของทฤษฎีการเรียนรู้ (Learning theory) และหลักพฤติกรรมในเรื่องสิ่งเร้ากับการตอบสนอง เริ่มต้นโดยเลือกพฤติกรรมที่เป็นปัญหา วิเคราะห์ว่าอะไรคือสิ่งเร้า หรือตัวกระตุ้น (Antecedents) อะไรคือผลลัพธ์ หรือการตอบสนองที่ตามมา (Consequences) แล้วใช้เทคนิคต่าง ๆ ในการจัดการ สิ่งเร้าหรือผลที่ตามมา เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรม

เทคนิคที่ใช้ได้ผลดีคือการให้แรงเสริม (Reinforcement) เมื่อมีพฤติกรรมที่ต้องการ แรงเสริมมีทั้งสิ่งที่จับต้องได้ และสิ่งที่จับต้องไม่ได้ ซึ่งตัวเสริมแรง มีหลายลักษณะ ได้แก่

- ตัวเสริมแรงทางสังคม (Social reinforcers) เช่น คำชมเชย ยกย่อง ตบมือ ยิ้ม กอด หอมแก้ม แสดงการยอมรับ เป็นต้น
- ตัวเสริมแรงที่เป็นวัตถุ สิ่งของ (Material reinforcers) เช่น ขนม ของเล่น สติกเกอร์ ช็อกโกแลต เป็นต้น
- การใช้กิจกรรมที่อยากทำที่สุดมาเสริมแรงกิจกรรมที่อยากทำน้อยที่สุดหรือไม่อยากทำ (Activity reinforcers)
- การสะสมแต้มหรือสะสมดาวเพื่อแลกของรางวัล (Token economy)



- การให้ข้อมูลป้อนกลับเชิงบวก (Positive feedback)
- ตัวเสริมแรงภายใน (Intrinsic reinforcers) เช่น ความภาคภูมิใจ ความสุข เป็นต้น

การลงโทษ (Punishment) เป็นการลดหรือขจัดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ของเด็ก การลงโทษในที่นี้ ไม่ใช่การตีหรือชมชู่เด็ก แต่ยังมีวิธีการลงโทษอื่น ๆ ที่ได้ผล ได้แก่

- การเข้ามุม (Time out)
- การตำหนิโดยเน้นที่พฤติกรรมด้วยสีหน้าและน้ำเสียงที่นิ่ง (Verbal reprimand)
- การปรับ ตัดสิทธิ์ หรือด สิ่งที่เด็กชอบ (Response cost)
- การชดเชย แก้ไขมากกว่าที่ทำลงไป (Overcorrection)

โปรแกรมที่ทีมงานวิจัยรับรองว่าได้ผลดีในออสติก คือ โปรแกรมการวิเคราะห์พฤติกรรมแบบประยุกต์ (Applied Behavior Analysis: ABA) ของโลวาาส (Lovaas, 1987) เป็นการฝึกพฤติกรรมเด็กแบบเข้มข้น ตัวต่อตัว ตั้งแต่เล็ก โดยใช้หลักการวิเคราะห์พฤติกรรม เน้นการฝึกตัวต่อตัวที่บ้าน ทำอย่างเข้มข้น 40 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ ต่อเนื่องนาน 4 ปี ซึ่งพบว่าได้ผลดีมากในเด็กที่เข้ารับการฝึกก่อนอายุ 5 ปี พบว่าเด็กมีความสามารถในการเรียนรู้ และเขาวัดปัญญาคิดขั้น สามารถไปเรียนรวมในชั้นเรียนปกติได้

ถ้าเด็กได้รับการบำบัดโดยการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม และกระตุ้นพัฒนาการในด้านที่บกพร่องอย่างสม่ำเสมอ โดยผู้ปกครองมีส่วนร่วมในการดูแลอย่างต่อเนื่อง เด็กเหล่านี้ก็สามารถที่จะพัฒนาได้อย่างเหมาะสมเต็มความสามารถที่เขาจะมี

กระบวนการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม

- 1) การเป็นแบบอย่างที่ดี (Modeling) ควรเป็นแบบอย่างที่ดีแก่เด็ก หรือแสดงตัวอย่างให้เด็กดูในพฤติกรรมที่ต้องการสร้างให้มีขึ้น เพื่อให้เด็กสังเกตเห็นและเลียนแบบ
- 2) การชี้แนะ (Prompting) โดยการจัดการเงื่อนไข ทำให้ได้โดยการให้สัญญาณ (signs) หรือตัวบ่งชี้ (cues) เพื่อให้แสดงพฤติกรรมที่ต้องการสร้างให้มีขึ้น อาจเป็นการจับทำ ตะโกนบอกให้ทำ หรือใช้ป้ายสัญญาณให้ทำหรือหยุดทำ
- 3) การค่อย ๆ ลดการชี้แนะลง (Fading Prompt) คือ การค่อย ๆ ลดการช่วยเหลือ ลดการชี้แนะ หรือลดแรงเสริม อย่างเป็นระบบ จนสามารถช่วยเหลือตนเอง และการทำได้อย่างอิสระด้วยตนเอง
- 4) การปรับแต่งพฤติกรรม (Shaping) ใช้ในการพัฒนาพฤติกรรมใหม่ โดยปรับเปลี่ยนพฤติกรรมไปที่ละพฤติกรรมเพื่อนำไปสู่พฤติกรรมที่ต้องการ
- 5) การร้อยเรียง (Chaining) คือ กระบวนการรวมพฤติกรรมย่อย ๆ เข้าด้วยกัน เป็นพฤติกรรมที่ซับซ้อนขึ้น



เอกสารอ้างอิง

- ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา. (2561). คู่มือการดูแลสุขภาพจิตเด็ก กลุ่มปัญหาการเรียน. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: พรอสเพอริสพลัส.
- ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา. (2561). คู่มือการดูแลออทิสติก สำหรับผู้ปกครอง. กรุงเทพฯ: บียอนด์ พับลิชชิ่ง.
- Lovaas OI. (1987). Behavioral treatment and normal educational and intellectual functioning in young autistic children. **Journal of Consulting and Clinical Psychology**, 55 (1); 3-9.
- Volkmar FR, Lord C, Clin A, Schultz R, Cook EH. (2004). Autism and the pervasive developmental disorders. In: **Lewis's child and adolescent psychiatry: a comprehensive textbook**, 4th ed, Martin A and Volkmar FR, eds. Baltimore: William & Wilkins, pp.384-422.

บทความแก้ไขล่าสุด : พฤษภาคม 2564

บทความต้นฉบับ : เมษายน 2552

บทความทั้งหมดยินดีให้นำไป เผยแพร่เพื่อความรู้ได้ โดยกรุณาอ้างอิงแหล่งที่มา



ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา. (2564). การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ในออทิสติก. [Online]. Available URL: <https://happyhomeclinic.com/au22-autism-care-bm.html>

www.happyhomeclinic.com