

การฝึกทักษะสังคม ในออทิสติก

AUTISM SPECTRUM DISORDER: SOCIAL SKILL TRAINING

นายแพทย์ทวีศักดิ์ ลีรัตนเรขา ... จิตแพทย์เด็กและวัยรุ่น

ทักษะสังคม เป็นความบกพร่องที่สำคัญของเด็กออทิสติก ดังนั้นจึงต้องให้การฝึกฝนด้านนี้เป็นพิเศษ ซึ่งทำได้โดยจำลองเหตุการณ์ หรือสถานการณ์ทางสังคมต่าง ๆ เพื่อให้ทดลองปฏิบัติจนเกิดความชำนาญ หรือการสอนโดยให้จดจำรูปแบบบทสนทนาในสถานการณ์ต่าง ๆ เพื่อนำมาใช้โดยตรง

การสอนเรื่องราวทางสังคม (Social Stories) ซึ่งมี แครอล เกรย์ (Gray, 1991) เป็นต้นตำรับ จะกำหนดเรื่องราวหรือสถานการณ์ต่าง ๆ ในสังคม มาสอนเด็ก โดยเน้นในเรื่อง ลักษณะทางสังคมที่สำคัญ ปฏิบัติการโต้ตอบที่คาดว่าจะเกิดขึ้นจากเด็กทั่วไป และจากเด็กออทิสติก รวมถึงเหตุผลที่แสดงปฏิกริยาโต้ตอบเช่นนั้น เพื่อช่วยให้เด็กออทิสติกสามารถเข้าใจสถานการณ์ที่เกิดขึ้นในสังคม เข้าใจอารมณ์ ความรู้สึกของผู้อื่น และวิธีปฏิบัติตนที่เหมาะสมในสถานการณ์นั้น ๆ สามารถปรับตัวเข้าสังคมได้ โดยลดพฤติกรรมที่เป็นปัญหาหลง

เรื่องราวทางสังคม จะเป็นเหตุการณ์ที่พบได้จริง เป็นปัจจุบัน ใช้สรรพนามบุรุษที่ 1 และถ้ามีการวาดภาพประกอบก็ยิ่งทำให้เข้าใจง่ายขึ้น ตัวอย่างเรื่องราวทางสังคม เช่น

“เด็กส่วนมากตั้งใจทำการบ้าน เพื่อให้เสร็จก่อนแล้วค่อยไปเล่น”

“ผมจะพยายามเดินอย่างสงบในแถว ไม่แตกแถว”

“เมื่อหนูส่งเสียงดังในห้องเรียน จะรบกวนเพื่อน ๆ และคุณครูก็จะไม่พอใจที่หนูทำแบบนี้”

โปรแกรมการฝึกทักษะสังคม PEERS (The UCLA Program for the Education and Enrichment of Relationship) เป็นตัวอย่างของโปรแกรมที่มีการศึกษาวิจัยรองรับ ใช้ระยะเวลา 14 สัปดาห์ เหมาะสำหรับกลุ่มออทิสติกช่วงวัยรุ่น เพื่อเรียนรู้วิธีการสร้างและคงไว้ซึ่งสัมพันธภาพกับเพื่อน

พื้นฐานทักษะทางสังคมที่ควรมีการฝึกฝน เพื่อให้เด็กสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุข มีดังนี้

1. การสวัสดิ์ดีทักทาย และการกล่าวลาอย่างมีมารยาท
2. การสบตากับคู่สนทนาอย่างเหมาะสม
3. การรับรู้และแสดงออกทางสีหน้าท่าทางอย่างเหมาะสม
4. การใช้ระดับเสียงในการพูดที่พอดี ไม่ดังหรือค่อยจนเกินไป
5. การยืนในระยะห่างที่พอเหมาะกับคู่สนทนา และไม่ควรร่วมสัมผัสแบบไม่เหมาะสม
6. การรู้จักสนทนากับผู้อื่น แสดงความสนใจ แสดงความรู้สึก ถาม ฟัง และการตอบสนองต่อคำถาม
7. การรู้จักการแสดงความคิดเห็นกับผู้อื่น รู้จักขอโทษ และขอบคุณ
8. การเล่นหรือทำงานร่วมกันตามกฎ กติกา
9. การรู้จักแบ่งปัน ช่วยเหลือ ผลัดเปลี่ยน ประนีประนอม
10. สามารถควบคุมอารมณ์โกรธ ผิดหวัง ความขัดแย้งภายในใจ มีน้ำใจเป็นนักกีฬา
11. การแต่งกายสะอาด มีอนามัยดี ดูแลสุขภาพ

12. การรู้จักยืดหยุ่นตามสถานการณ์

เอกสารอ้างอิง

ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา. (2565). **คู่มือการดูแลเด็กออทิสติก**. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: ชุมชมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.

Boland, R. & Verduin, M. L., eds. (2022). Neurodevelopmental disorders and other childhood disorders. In: **Kaplan and Sadock's synopsis of psychiatry 12th ed.** (e-book). Wolters Kluwer; pp. 306-725.

Gray, C. (2022). **Social stories**. จาก <https://carolgraysocialstories.com/social-stories/>

Semel institute for neuroscience & human behavior, UCLA. (2022). UCLA PEERS® Clinic. จาก <https://www.semel.ucla.edu/peers>

Volkmar, F. R., Van Schalkwyk, G. I. & Van der Wyk, B. (2018). Autism Spectrum Disorder. In: **Lewis's child and adolescent psychiatry: a comprehensive textbook, 5th ed.** Martin, A., Volkmar, F. R. & Bloch, M., eds. Philadelphia: Wolters Kluwer; pp. 1164-1195.

บทความทั้งหมดยินดีให้นำไป เผยแพร่เพื่อความรู้ได้ โดยกรุณาอ้างอิงแหล่งที่มา



ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา. (2565). การฝึกทักษะสังคม ในออทิสติก. จาก

<https://www.happyhomeclinic.com/au22-autism-care-social-skill.html>

(บทความต้นฉบับ พฤศจิกายน 2549)