

เรียนรู้และเข้าใจเด็กออทิสติก

AUTISM SPECTRUM DISORDER: UNDERSTAND

นายแพทย์ทวีศักดิ์ ลีรัตนเรขา ... จิตแพทย์เด็กและวัยรุ่น

ออทิสติกไม่ได้ทำให้เกิดความแตกต่าง แต่เป็นเพราะว่าเด็กทุกคนแตกต่างกัน

เราจึงควรเรียนรู้และเข้าใจ ในความแตกต่างกันของเด็กแต่ละคน

“ออทิสติก” เป็นที่รู้จักกันมากขึ้นในปัจจุบัน แต่บางคนก็ยังไม่มีความเข้าใจที่ผิดว่าเด็กออทิสติกเป็นเด็กเอ๋อ หรือเด็กปัญญาอ่อน ในความเป็นจริงแล้วเด็กออทิสติกก็เหมือนเด็กทั่วไป เพียงแต่มีปัญหาในการสื่อสารและการเข้าสังคมที่ไม่เหมาะสม มีพฤติกรรมความสนใจหมกมุ่นกับบางเรื่องมากเกินไป ขาดความยืดหยุ่น ซึ่งหากได้รับการดูแลช่วยเหลืออย่างเหมาะสม และเปิดโอกาสให้พวกเขาได้ใช้ชีวิตในสังคมได้อย่างปกติสุขเหมือนกับเด็กคนอื่น ก็จะส่งเสริมให้เด็กออทิสติกสามารถพัฒนาศักยภาพของตนเองได้เต็มที่ และสามารถใช้ชีวิตอยู่ร่วมในสังคมได้

เด็กออทิสติกคืออะไร เราจะรู้ได้อย่างไรว่าเด็กคนนี้เป็นออทิสติก

ออทิสติก คือ ปัญหาพัฒนาการรูปแบบหนึ่งซึ่งมีลักษณะเฉพาะตัว แสดงให้เห็นชัดเจนว่า เด็กไม่สามารถพัฒนาด้านสังคมและการสื่อสารได้เหมาะสมตามวัย มีลักษณะพฤติกรรมและความสนใจไม่เหมาะสม เป็นแบบแผนซ้ำ ๆ ไม่ยืดหยุ่น ปัญหาดังกล่าวเป็นตั้งแต่เกิด แต่จะค่อย ๆ เริ่มสังเกตเห็นชัดเจนขึ้นตั้งแต่ขวบกว่าขึ้นไป

เด็กแต่ละคนที่เป็นออทิสติกก็มีความแตกต่างกันหลากหลายรูปแบบ ฝึบคนก็ฝึบแบบ ร้อยคนก็ร้อยแบบ แต่ก็ก็มีลักษณะร่วมบางอย่างที่คล้ายกัน ที่เรียกว่าออทิสติก คือ เด็กจะมีโลกส่วนตัวมาก สนใจสิ่งแวดล้อมน้อย ไม่สนใจใคร เรียกไม่หัน ไม่ค่อยสนใจตอบสนองทั้งทางท่าทางและภาษา โดยเฉพาะเมื่อกำลังสนใจอยู่กับอะไรบางอย่างที่ชอบอยู่ ไม่ค่อยสบตาเวลาพูดคุยด้วย โต้ตอบไม่ค่อยเป็น ใช้ภาษาไม่เหมาะสม หรืออาจจะไม่พูด พูดไม่รู้เรื่อง พูดเป็นภาษาของตัวเอง เล่นไม่เหมาะสม จินตนาการไม่เป็น ชอบทำอะไรเป็นแบบแผนซ้ำ ๆ ไม่ยืดหยุ่น สนใจบางอย่างแบบหมกมุ่น แบบไม่มีประโยชน์ ในรายชื่ออยู่ในโลกของตัวเองมาก อาจจะกระตุ้นตัวเองเป็นระยะ เช่น หมุนตัว สะบัดมือ เล่นมือ เล่นเสียง ฯลฯ

การที่จะบอกว่าเด็กคนไหนเป็นออทิสติก ถ้าอาการมาก อาการรุนแรง มักจะดูออกได้ไม่ยาก แต่ถ้าอาการน้อยจะดูยากมาก ต้องอาศัยความเห็นผู้เชี่ยวชาญ และเด็กบางคนอาจต้องประเมินหลายครั้งถึงจะสรุปได้ว่าเป็นออทิสติกหรือไม่ แต่เพื่อไม่ให้เกิดความผิดพลาดคลาดเคลื่อน ควรให้ผู้เชี่ยวชาญลงความเห็นจะถูกต้องที่สุด

เด็กที่ขาดการกระตุ้นมาก ๆ เช่น เด็กในสถานสงเคราะห์ เด็กในบ้านเด็กกำพร้า เด็กที่ถูกทอดทิ้งหรือขาดการดูแลเอาใจใส่ ฯลฯ อาจมีลักษณะคล้ายออทิสติกได้เช่นเดียวกัน แต่เมื่อได้รับการกระตุ้นอย่างเต็มที่ อาการมักจะกลับมาเป็นปกติได้ ในขณะที่เด็กออทิสติกถึงแม้จะกระตุ้นเต็มที่จนดีขึ้นแล้ว ก็ยังคงมีอาการบางอย่างหลงเหลืออยู่ เด็กกลุ่มที่ขาดการกระตุ้นยิ่งแยกจากกลุ่มออทิสติก ควรให้ผู้เชี่ยวชาญลงความเห็นเช่นเดียวกัน

ดังนั้น การที่จะสรุปว่าเด็กเป็นออทิสติกหรือไม่ ควรนำเด็กไปปรึกษาแพทย์เฉพาะทาง ได้แก่ จิตแพทย์เด็กและวัยรุ่น กุมารแพทย์ด้านพัฒนาการและพฤติกรรมเด็ก ฯลฯ เพื่อลงความเห็นในการวินิจฉัย

เมื่อได้พบกับเด็กออทิสติก เราควรปฏิบัติต่อเขาอย่างไร

เด็กออทิสติกก็มีความรู้สึกนึกคิดเหมือนเด็กทั่วไป เพียงแต่ไม่สามารถแสดงออกได้อย่างเหมาะสม เด็กยังต้องการความรัก ความเข้าใจ และการยอมรับ เช่นเดียวกัน ดังนั้นเราก็ควรปฏิบัติต่อเขาเหมือนกับเด็กอื่นทั่วไป ในฐานะความเป็นมนุษย์ที่เท่าเทียมกัน เพียงแต่เพิ่มเติมความห่วงใยและความเข้าใจ ให้คำแนะนำและชี้แนะเป็นพิเศษ ตามสภาพปัญหาและความต้องการของเด็ก

ยิ่งทำความเข้าใจในตัวเด็กมากขึ้นเท่าใด ก็ยิ่งทำให้รู้ว่าควรเพิ่มเติมความห่วงใยเป็นพิเศษได้อย่างไร ควรทำความเข้าใจว่า สิ่งที่เด็กทำและพูดออกมาอย่างไม่เหมาะสมนั้น เป็นเพราะว่าเด็กไม่เข้าใจจริง ๆ ไม่ใช่เพราะเด็กนิสัยไม่ดี หรือแกล้งทำ เมื่อเกิดความเข้าใจก็จะทำให้ไม่รู้สึกตำหนิเด็ก และอยากให้ความช่วยเหลือ

การปฏิบัติต่อเด็กออทิสติก ก็ควรเหมือนปกติไม่ต่างจากเด็กคนอื่น เพียงแค่ไม่กีดกันเขาจากกิจกรรมต่าง ๆ ที่เด็กคนอื่นได้ทำ ให้โอกาสที่เท่าเทียมกันก็เพียงพอแล้ว

เราจะรู้ได้อย่างไรว่าลูกเป็นเด็กออทิสติก จะแสดงอาการให้เห็นในช่วงอายุเท่าไร

เมื่อเด็กมีปัญหาพัฒนาการที่ล่าช้า หรือแตกต่างจากเด็กคนอื่นในวัยเดียวกัน ไม่ว่าจะเด็กจะเป็นออทิสติกหรือไม่ก็ตาม ควรปรึกษาผู้เชี่ยวชาญเพื่อหาแนวทางส่งเสริมพัฒนาการโดยเร่งด่วน เพราะการช่วยเหลือเด็กแต่แรกเริ่ม โดยเฉพาะช่วง 3 ขวบปีแรกจะได้ผลดีมาก อย่าไปกลัวที่จะรู้ว่าลูกเป็นอะไร แต่อย่าปล่อยให้ลูกเสียโอกาสที่จะได้รับการช่วยเหลือพัฒนาอย่างเหมาะสม

การสังเกตพฤติกรรมว่าเป็นออทิสติกหรือไม่ ในช่วงขวบปีแรกเห็นความแตกต่างน้อยมาก เด็กอาจมีการตอบสนองน้อยกว่าปกติ ไม่มองหน้าสบตาเวลาเล่นด้วย ไม่ยิ้มโต้ตอบ แต่เด็กบางคนก็ไม่พบความผิดปกติใด ๆ แสดงให้เห็นส่วนใหญ่จะเริ่มเห็นความแตกต่างจากเด็กคนอื่นชัดเจนในช่วงอายุประมาณขวบกว่า เด็กยังไม่ส่งเสียงพูดเป็นคำเดียว ไม่ตอบสนองเท่าที่ควรเวลาเล่นด้วย ชอบเล่นคนเดียวไม่สนใจใคร

เด็กในช่วงอายุขวบครึ่ง ให้สงสัยว่าอาจมีแนวโน้มในปัญหาเรื่องออทิสติกไว้ก่อน ถ้าเด็กมีอาการดังนี้ เล่นกับเด็กอื่นไปเป็น เล่นสมมติไม่เป็น ไม่ชี้นิ้วบอกความต้องการ ขาดความสนใจร่วมกับเด็กคนอื่น ซึ่งถ้าเด็กมีอาการดังกล่าว 2 ใน 4 อาการ จำเป็นต้องรีบพาไปตรวจประเมินเพิ่มเติมจากผู้เชี่ยวชาญโดยตรง

ในเรื่องการพูด สามารถรอได้จนถึงอายุขวบครึ่ง ถ้าเด็กยังไม่พูดเป็นคำเดียวที่มีความหมาย ควรพาไปปรึกษาผู้เชี่ยวชาญเพื่อตรวจประเมิน หาสาเหตุ และแนวทางดูแลช่วยเหลือที่เหมาะสมได้แล้ว จริงอยู่ที่เด็กบางคนอาจพูดช้า แต่พอพูดแล้วก็ปกติทุกอย่าง หรือที่เรียกกันทั่วไปว่า “ ปากหนัก ” แต่เด็กทุกคนไม่โชคดีแบบนั้นเสมอไป ถ้าไม่ใช่อย่างที่คิดอาจกลับมาแก้ไขอะไรไม่ทัน การรอคอยโดยไม่ลงมือทำอะไรอาจไม่สามารถทำให้ทุกอย่างดีขึ้นได้

สาเหตุของความบกพร่องในออทิสติกมาจากไหน

ปัจจุบันยังไม่ทราบสาเหตุที่แท้จริงของเด็กออทิสติกว่าเกิดจากอะไร แต่จากรายงานการวิจัย และผลการศึกษาค้นคว้าทางการแพทย์ ให้ความเห็นตรงกันว่า เกิดจากการทำงานที่ผิดปกติของสมองและระบบประสาทในบางตำแหน่ง และเกิดจากความผิดปกติทางพันธุกรรมด้วย นอกจากนี้ยังยืนยันได้ชัดเจนว่า ไม่ใช่เกิดจากการเลี้ยงดูที่ไม่เหมาะสม เด็กที่เป็นออทิสติก เลี้ยงดูอย่างไรก็เป็นออทิสติก แต่วิธีการเลี้ยงดูที่เหมาะสมกับตัวเด็กจะช่วยพัฒนาเด็กให้ดีขึ้นได้มาก ลดความรุนแรงของปัญหา และช่วยให้สามารถใช้ชีวิตในสังคมได้อย่างปกติสุข

พบว่าเด็กออทิสติกมีความผิดปกติในการทำงานของสมองส่วนหน้า ซึ่งทำหน้าที่จัดการระบบและขั้นตอนการคิด การตัดสินใจ และสมองเล็กส่วนซีรีเบลลัม ซึ่งทำหน้าที่เกี่ยวข้องกับการเคลื่อนไหว และการทรงตัว

ยังพบว่ามีความผิดปกติของยีนบางตำแหน่ง ทำให้เกิดปัญหาที่มีลักษณะเฉพาะตัว แต่ยังไม่สามารถระบุตำแหน่งยีนได้ชัดเจน และยังอธิบายไม่ได้ว่าอะไรเป็นสาเหตุของความผิดปกติเหล่านี้ มีการถ่ายทอดแบบใด หรือเป็นการกลายพันธุ์ของยีน

นอกจากนี้ยังพบว่า เด็กส่วนใหญ่มีความผิดปกติของคลื่นไฟฟ้าสมองร่วมด้วย แต่ก็ยังไม่สามารถอธิบายเชื่อมโยงถึงความผิดปกติที่พบเหล่านี้ กับอาการที่แสดงออกมา

ถึงแม้ว่าในปัจจุบันยังไม่สามารถหาสาเหตุที่ชัดเจนของออทิสติกได้ แต่ก็ยังมีวิธีการที่สามารถช่วยเหลือนเด็กให้ดีขึ้นได้มาก โดยเฉพาะเด็กที่ได้รับการดูแลรักษาอย่างเหมาะสมตั้งแต่อายุน้อย และดูแลอย่างต่อเนื่อง

การให้สังคมรับรู้และเข้าใจในเด็กออทิสติก ควรทำอย่างไร

การทำให้สังคมรับรู้เกี่ยวกับออทิสติกไม่ใช่เรื่องยาก แต่ที่ยากคือการทำให้เกิดความเข้าใจ และให้โอกาส ซึ่งสังคมจะไม่มีทางเข้าใจเด็กออทิสติกเลยถ้าไม่เคยสัมผัสโดยตรงกับเด็กกลุ่มนี้

การเปิดการรับรู้เรื่องออทิสติกสู่สังคม ทำได้โดยการให้ข้อมูลความรู้ ผ่านทางสื่อต่าง ๆ เช่น วิทยุ โทรทัศน์ ภาพยนตร์ ไปสเตอร์ นิทรรศการ หนังสือ วารสาร อินเทอร์เน็ต ฯลฯ

ในหลายประเทศ เริ่มรู้จักออทิสติกครั้งแรกจากภาพยนตร์เรื่อง “เรนแมน” ซึ่งเป็นภาพยนตร์ที่เข้าฉายเมื่อหลายสิบปีก่อน ปัจจุบันในสังคมไทยก็รับรู้เรื่องออทิสติกมากขึ้นจากสื่อภาพยนตร์เช่นเดียวกัน โดยเฉพาะเรื่อง “The good doctor” ซึ่งมีถึง 3 เวอร์ชัน ทั้งเกาหลีใต้ ญี่ปุ่น และสหรัฐอเมริกา และยังมีออทิสติกในบทหลักหรือบทสมทบของภาพยนตร์อีกหลายเรื่อง

การรับรู้ เป็นประตูสู่การยอมรับและเข้าใจในที่สุด ถ้ามีคนแปลกหน้ามาเคาะประตูบ้านเราคงไม่กล้าเปิดรับ แต่ถ้าเรารู้ว่าใครจะมา มีคนแนะนำให้ข้อมูลล่วงหน้าแล้ว เราก็สามารถเปิดรับได้อย่างสบายใจ เมื่อรับเข้ามาแล้ว ได้สัมผัส ได้เรียนรู้ร่วมกัน ก็จะทำให้เข้าใจซึ่งกันและกันมากขึ้น

การเข้าใจออทิสติกได้ดีที่สุดคือการได้อยู่ร่วมกัน ได้เรียนรวมในโรงเรียนเดียวกัน เด็กรุ่นปัจจุบันจะเข้าใจออทิสติกมากขึ้นกว่ารุ่นผู้ใหญ่ เนื่องจากเขาได้มีเพื่อนที่เป็นออทิสติกเรียนร่วมห้องเดียวกัน และเมื่อโตขึ้นก็อาจมีเพื่อนร่วมงานที่เป็นออทิสติกเช่นเดียวกัน เนื่องจากในปัจจุบันออทิสติกสามารถทำงานได้หลากหลายอาชีพ

จุดที่เห็นคือการเรียนรู้อันร่วมกัน เข้าใจซึ่งกันและกัน เพราะไม่ใช่เราเท่านั้นที่จะต้องทำความเข้าใจเด็กออทิสติก ตัวเด็กเองก็จำเป็นที่จะต้องเรียนรู้เข้าใจตัวเราเช่นกัน

วิธีการปรับพฤติกรรม เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้ให้กับเด็กออทิสติก ควรทำอย่างไร

การปรับพฤติกรรม คือการฝึกฝนให้เด็กสามารถลงพฤติกรรมที่เหมาะสมไว้ หยุดพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม และสร้างพฤติกรรมที่ต้องการขึ้นมาใหม่ โดยใช้เทคนิควิธีที่หลากหลายทั้งการให้แรงเสริมทางบวก แรงเสริมทางลบ และการลงโทษ พบว่าการปรับพฤติกรรมด้วยวิธีการที่เหมาะสมอย่างเป็นระบบและต่อเนื่อง จะช่วยให้เด็กออทิสติกดีขึ้นได้มาก

ควรเรียนรู้ว่าเด็กชอบอะไร ไม่ชอบอะไร มากน้อยแค่ไหน แล้วนำมาจัดลำดับความสำคัญ เพื่อใช้เป็นแรงเสริมได้ เช่น ถ้าเด็กชอบทานไอศกรีมมาก เราอาจนำมาเป็นรางวัล ให้เมื่อเด็กสามารถทำงานที่เราบอกได้เสร็จครบถ้วน ให้ร่วมกับการกอด หอม ตบมือ และกล่าวชมเชยด้วย เมื่อเด็กมีพฤติกรรมที่เหมาะสม ก็จะไม่รบกวนกระบวนการเรียนรู้ สามารถพูดคุยสื่อสารกันง่ายขึ้น สามารถให้ข้อมูลเสริมการเรียนรู้ต่าง ๆ กับเด็กได้ง่ายขึ้น

ผู้เชี่ยวชาญที่ปรับพฤติกรรมเด็ก คือ จิตแพทย์เด็กและวัยรุ่น นักจิตวิทยาคลินิก พยาบาลด้านจิตเวชเด็ก หรือนักกิจกรรมบำบัด ที่ได้รับการฝึกอบรมและทำงานในด้านนี้ แต่สิ่งที่ยากเน้นในเรื่องการปรับพฤติกรรมให้ได้ผลคือ การที่ผู้ปกครองเรียนรู้และฝึกฝนอย่างต่อเนื่อง ทำอย่างสม่ำเสมอทุกวัน ควบคู่ไปกับคำแนะนำที่ได้จากผู้เชี่ยวชาญ

เอกสารอ้างอิง

ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา. (2561). **คู่มือการดูแลเด็กออทิสติก**. กรุงเทพฯ: บียอนด์ พับลิชชิ่ง.

American Psychiatric Association. (2013). Neurodevelopmental disorders. In: **Diagnostic and statistical manual of mental disorders 5th ed. (DSM-5)**. Washington DC: American Psychiatric Publishing; pp. 31-86.

Volkmar FR, Van Schalkwyk GI, Van der Wyk B. (2018). Autism Spectrum Disorder. In: **Lewis's child and adolescent psychiatry: a comprehensive textbook, 5th ed.** Martin A, Volkmar FR and Bloch M, eds. Philadelphia: Wolters Kluwer, pp. 1164-95.

บทความทั้งหมดยินดีให้นำไป เผยแพร่เพื่อความรู้ได้ โดยกรุณาอ้างอิงแหล่งที่มา



ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา. (2565). **เรียนรู้และเข้าใจเด็กออทิสติก**. [Online]. Available URL: <https://www.happyhomeclinic.com/au06-understand.htm>

(บทความต้นฉบับ: มีนาคม 2549)