

วิธีการช่วยเหลือเด็กที่มีปัญหาพูดได้แต่ไม่ยอมพูด

“การดูแลชุดการศึกษาผู้ปกครองสุขภาพจิตของเด็ก

สำนักการศึกษา 2022

### “โรคไม่พูดบางสถานการณ์” คืออะไร?

โรคไม่พูดบางสถานการณ์ (SM) เป็นโรควิตกกังวลชนิดหนึ่ง ผู้ที่มี SM สามารถพูดคุย และโต้ตอบได้ตามปกติในบางสถานการณ์ (เช่น ที่บ้าน หรือกับสมาชิกในครอบครัวที่ใกล้ชิด) แต่พวกเขาไม่สามารถพูดได้บางสถานการณ์ทางสังคม (เช่น เมื่อเผชิญหน้ากับครูที่โรงเรียน หรือคนแปลกหน้าที่บ้าน) ซึ่งส่งผลกระทบต่อการเรียนรู้ และการขัดเกลาทางสังคมของพวกเขา

พวกเขาสามารถพูดคุยได้ตามปกติในสภาพแวดล้อมที่คุ้นเคย (เช่น ที่บ้าน) แต่ในสถานการณ์ทางสังคมบางอย่าง (เช่น ที่โรงเรียน หรือการรวมตัวกันของเพื่อน ๆ) พวกเขาอาจกระทำดังนี้:

- ✧ ไม่สามารถพูดคุยกับผู้อื่นได้
- ✧ จัดการเพื่อตอบกลับด้วยคำกระซิบหนึ่ง หรือสองคำ
- ✧ ติดต่อกับสื่อสารด้วยการพยักหน้า หรือส่ายหัว และแสดงท่าทางแทนการใช้การติดต่อสื่อสารที่เป็นคำพูด
- ✧ ซื่อๆ ฟังๆ และปลีกตัวออกจากกลุ่ม
- ✧ พูดตอบทันที หรือหยุดนิ่งเมื่อพวกเขาเชื่อว่ามีคนกำลังเฝ้าดูอยู่ หรือเข้าไปใกล้พวกเขา

### บทบาทของผู้ปกครอง

#### ถ้าฉันสงสัยว่าลูกของฉันมี SM ฉันควร...

- ขอคำปรึกษา และประเมินผลทางจิตเวชให้กับบุตรหลานของคุณ โดยเร็วที่สุด เพื่อให้สามารถจัดเตรียมการฝึกอบรม การรักษา และการช่วยเหลือที่เหมาะสมแก่พวกเขา
- เริ่มติดต่อกับผู้ประสานงานความต้องการพิเศษทางการศึกษา (SENCO) ครูประจำชั้น ทีมแนะแนวโรงเรียน หรือนักสังคมสงเคราะห์ของโรงเรียน เพื่อจัดเตรียมบริการช่วยเหลือที่เหมาะสม

#### หลังจากที่ลูกของฉันได้รับการประเมินว่าเป็น SM ฉันควร...

- ร่วมมือกับบุคลากรผู้ดูแลสุขภาพในการดำเนินการตามแผนการรักษาที่แนะนำ เพื่อให้แน่ใจว่าบุตรหลานของคุณได้รับการรักษาตามที่พวกเขาต้องการ และใช้ยาตามที่กำหนด (ถ้ามี)
- ริเริ่มเพื่อให้โรงเรียนทราบข้อมูลเกี่ยวกับความต้องการด้านการศึกษาพิเศษให้กับบุตรหลานของคุณ โดยเร็วที่สุด รวมถึงการส่งรายงานทางจิตเวชของพวกเขาไปยังโรงเรียน เพื่อจัดเตรียมบริการช่วยเหลือที่เหมาะสม
- รักษาการติดต่อสื่อสารกับทีมแนะแนวโรงเรียน หรือนักสังคมสงเคราะห์ของโรงเรียน SENCO ทีมช่วยเหลือนักเรียน ครูประจำชั้น และครูประจำวิชาเพื่อทำความเข้าใจสภาพการเรียนรู้ และการปรับตัวของพวกเขา และร่วมกันหารือเกี่ยวกับกลยุทธ์การสนับสนุนที่เหมาะสมกับพวกเขาเมื่อจำเป็น

กลยุทธ์ต่อไปนี้อาจได้รับการพิจารณาเมื่อช่วยเหลือบุตรหลานของคุณ:

สังคม และการติดต่อสื่อสาร

- ปลุกฝังสภาพแวดล้อมทางสังคมที่เปิดกว้างและเป็นบวก และเป็นตัวอย่างที่ดีสำหรับบุตรหลานของคุณ เช่น ผู้ปกครองใช้ความคิดริเริ่มในการหาวิธีการพูดคุยกับผู้อื่น และวิธีเข้าร่วมในการสนทนาอย่างมั่นใจ และคล่องแคล่ว เป็นต้น
- ส่งเสริมให้บุตรหลานของคุณพูดคุยตอบในสภาพแวดล้อมทางสังคมอย่างค่อยเป็นค่อยไปด้วยทัศนคติที่เอาใจใส่ และเห็นอกเห็นใจ
- ขอให้ครอบครัว หรือเพื่อนฝูงเพื่อให้พื้นที่ส่วนตัวที่เหมาะสมแก่บุตรหลานของคุณในการชุมนุม และให้บุตรหลานของคุณพยายามมีส่วนร่วมในการสนทนา หรือโต้ตอบกับผู้อื่นเฉพาะ เมื่อพวกเขาารู้สึกพร้อม และหลีกเลี่ยงการตราหน้าบุตรหลานของคุณว่า “ไม่พูด” ต่อหน้าผู้อื่น
- คำนึงถึงระดับความวิตกกังวลของบุตรหลานของคุณในสถานการณ์ทางสังคม หากคุณสังเกตว่าภาษากายของพวกเขา (เช่น การก้มศีรษะ และการอึดใจ เป็นต้น) สะท้อนให้เห็นถึงระดับความวิตกกังวลที่เพิ่มขึ้น คุณควรหลีกเลี่ยงการบังคับให้บุตรหลานของคุณพูด
- ให้ความสำคัญเพียงพอสำหรับบุตรหลานของคุณที่จะพูดคุย และหลีกเลี่ยงการเข้าแทรกแซงก่อนเวลาอันควร หรือพูดเพื่อบุตรหลานของคุณ
- ผู้ปกครองอาจทำให้คำถามง่ายขึ้นที่บุตรหลานของคุณต้องตอบ เช่น การเปลี่ยนคำถามแบบอ้อมๆ เป็นคำถามแบบตรง (เช่น “คุณต้องการดื่มน้ำส้ม ชามะนาว หรืออย่างอื่นหรือไม่”) เพื่อช่วยให้บุตรหลานของคุณตอบคำถาม
- ผู้ปกครองควรรยกย่องบุตรหลานของคุณ (ทางคำพูด หรือไม่ใช่คำพูด) เมื่อพวกเขาติดต่อสื่อสารกับผู้อื่น หรือพยายามเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม

#### การฝึกรายวัน

- ส่งเสริมให้บุตรหลานของคุณแสดงตัวเองออกด้วยคำพูดบ่อยขึ้น และช่วยให้พวกเขาสร้างทักษะการแสดงออกด้วยคำพูด และความมั่นใจ
- เชิญเพื่อนมาเล่นที่บ้าน และเริ่มต้นด้วยกิจกรรมที่ต้องการพูดสื่อสารน้อยลง เช่น การทำแบบจำลอง หรือการทำดินเหนียว เพื่อให้บุตรหลานของคุณมีโอกาสได้อยู่ร่วมกับเพื่อน ๆ ในสภาพแวดล้อมที่คุ้นเคยมากขึ้น
- ให้บุตรหลานของคุณคุ้นเคยกับการได้ยินเสียงของตัวเอง เช่น ชมคลิปวิดีโอ การสนทนา หรือการโต้ตอบที่บ้านกับบุตรหลานของคุณ

#### มาตรการช่วยเหลือ และกลยุทธ์

โดยทั่วไป โรงเรียนอาจให้การช่วยเหลือตามความต้องการของนักเรียนแต่ละคนดังต่อไปนี้:

#### ช่วยให้นักเรียนปรับตัวในโรงเรียน

- จัดพื้นที่ และเวลาให้แก่เด็กนักเรียนในการควบคุมความวิตกกังวลของพวกเขาเมื่อจำเป็น
- สืบหาวิธีการที่ช่วยทำให้นักเรียนสามารถโต้ตอบกับผู้อื่นในลักษณะที่ผ่อนคลาย และให้นักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมเหล่านี้ตามความเหมาะสม
- จัดให้มีการฝึกรวมกลุ่ม หรือการให้คำปรึกษารายบุคคลสำหรับนักเรียน เพื่อพัฒนาทักษะการจัดการทางสังคม อารมณ์ ทักษะในการแก้ปัญหา เสริมสร้างความรู้สึกล้านความสามารถของพวกเขา และเสริมสร้างความมั่นใจในตนเอง
- จัดให้มีครูที่ได้รับมอบหมาย หรือเจ้าหน้าที่แนะแนวเพื่อสร้างสายสัมพันธ์ที่มั่นคงกับนักเรียน และสร้างความสัมพันธ์ด้วยความไว้วางใจซึ่งกันและกันกับพวกเขา ให้ความช่วยเหลือเมื่อนักเรียนต้องการ หรือสร้างเครือข่ายการช่วยเหลือให้กับนักเรียนในโรงเรียน

ช่วยให้นักเรียนสามารถปรับตัวเข้ากันได้ และติดต่อสื่อสารกับครู และเพื่อน

- ปลูกฝังสภาพแวดล้อมการเรียนรู้ที่ปลอดภัย และเป็นมิตร เพิ่มปฏิสัมพันธ์ระหว่างนักเรียน และครูผ่านกิจกรรมที่ไม่ใช้คำพูด หรือกิจกรรมประจำวันในชั้นเรียน และสร้างรากฐานในการเสริมสร้างการพูดสื่อสารของพวกเขา
- ใช้ความคิดริเริ่มในการดูแลนักเรียน ติดต่อสื่อสารกับเขา/เธอด้วยน้ำเสียงต่ำ และน้ำเสียงที่เป็นธรรมชาติ และสร้างความสัมพันธ์ของความไว้วางใจซึ่งกันและกัน
- ชมเชยนักเรียนสำหรับพฤติกรรม และความพยายามในเชิงบวกในทุกด้านของพวกเขา หลีกเลี่ยงการปฏิเสธ หรือวิพากษ์วิจารณ์อารมณ์ที่ไม่ดี และการเยียบไม่พูดของนักเรียน
- จัดเพื่อนที่เป็นมิตร และเพื่อนที่เป็นประโยชน์เพื่อช่วยเหลือนักเรียนที่ต้องการความช่วยเหลือ ช่วยให้พวกเขาสร้างกลุ่มสังคม และเสริมสร้างความรู้สึกความเป็นเจ้าของในชั้นเรียนของนักเรียน
- สอนวิธีการผ่อนคลายตนเอง และแนะนำให้นักเรียนนำไปใช้เมื่อจำเป็น

การมีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนรู้ของนักเรียน

- ปรับความคาดหวังตามสภาพ และความสามารถของนักเรียน จัดให้มีกิจกรรมการเรียนรู้ รูปแบบการตั้งคำถาม และข้อกำหนดในการตอบคำถาม และเพิ่มการมีส่วนร่วมของนักเรียนอย่างค่อยเป็นค่อยไป ให้นักเรียนติดต่อสื่อสารกับผู้อื่นในรูปแบบต่าง ๆ (เช่น โดยการพยักหน้า/ส่ายศีรษะของพวกเขาเพื่อตอบคำถามใช่/ไม่ใช่) เพื่อลดความวิตกกังวล และความกดดันจากกิจกรรมการเรียนรู้ของนักเรียน
- แจ้งให้ทราบล่วงหน้าก่อนถามคำถาม หรือให้นักเรียนคนอื่นตอบคำถามก่อน เพื่อให้นักเรียนที่ต้องการความช่วยเหลือมีเวลาเพียงพอในการเตรียมตัวสำหรับคำตอบของพวกเขา แสดงความชื่นชมยินดี และให้กำลังใจนักเรียนหลังจากตอบคำถาม (ทางคำพูด หรือไม่ใช่คำพูด)
- เมื่อจัดกิจกรรมกลุ่ม นักเรียนอาจทำงานร่วมกับเพื่อนที่คุ้นเคย และไว้วางใจได้เพื่อเพิ่มความมีส่วนร่วมของพวกเขา
- จัดหาที่พักทำการบ้านตามความต้องการของนักเรียน (เช่น การพูดสื่อสาร) เพื่อลดแรงกดดันของพวกเขา
- จัดให้มีการสอบพิเศษตามความต้องการ และข้อเสนอแนะของนักเรียนจากผู้เชี่ยวชาญ

เสริมสร้างการช่วยเหลือ และความร่วมมือระหว่างบ้านกับโรงเรียน

- ให้บริการช่วยเหลืออย่างเข้มข้นแก่นักเรียนที่มีปัญหาร้ายแรงตามความจำเป็น เช่น จัดทำแผนการเรียนรู้รายบุคคล ดำเนินการทบทวน และติดตามผลอย่างสม่ำเสมอ
- รักษาความร่วมมือและการติดต่อสื่อสารอย่างใกล้ชิดระหว่างโรงเรียน ผู้ปกครอง และผู้เชี่ยวชาญ (เช่น บุคลากรผู้ดูแลสุขภาพ นักสังคมสงเคราะห์ และนักจิตวิทยา เป็นต้น)

เว็บไซต์ที่เป็นประโยชน์

[สำนักการศึกษา](#)



[หน้าหลักของสำนักงานการศึกษา](#)



[“SENSE” ข้อมูลการศึกษาแบบบูรณาการ  
และการศึกษาพิเศษออนไลน์](#)



[“Mental Health @School”  
ข้อมูลสุขภาพจิตของนักเรียนบนออนไลน์](#)



[คู่มือการปฏิบัติงานเกี่ยวกับแนวทางทั้งโรงเรียน  
นสู่การศึกษาแบบบูรณาการ](#)



[คู่มือทรัพยากรสำหรับครู เรื่องการเข้าใจ  
และการช่วยเหลือนักเรียนที่มีภาวะทางจิต](#)



[บริการประเมินเด็ก](#)



[บริการสุขภาพนักศึกษา](#)

[กรมสวัสดิการสังคม](#)



[สถาบันการสังคมแห่งฮ่องกง](#)



[หมายเลขโทรศัพท์สำหรับสอบถาม](#)

[สำนักงานการศึกษา](#)

คำถามทั่วไปเกี่ยวกับการศึกษาพิเศษ

3698 3957

[เจ้าหน้าที่โรงพยาบาล](#)

หน่วยงานสุขภาพจิตโดยตรง (24 ชั่วโมง)

2466 7350

กรมอนามัย

บริการประเมินเด็ก

บริการสุขภาพนักศึกษา

2246 6659

2349 4212

แหล่งข้อมูลของชุมชน และสายด่วน

