

โรคต่อต้าน

วิธีการช่วยเหลือเด็กที่เป็นโรคต่อต้าน

“โรคต่อต้าน”คืออะไร?

โรคต่อต้าน (ODD) เป็นโรคทางจิตที่พบได้บ่อยในเด็ก ถิ่นทรหลานของคุณได้เดียวกับคุณหรือเจ้าหน้าที่อื่น ๆ บ่อยครั้ง (เช่น ผู้สูงอายุ และครู) และดำเนินการแสดงทัศนคติของความโกรธ หงุดหงิด ดุดอง หรือตอบโต้ต่อไป ซึ่งการแสดงเหล่านี้สร้างปัญหาให้ตนเองหรือคนรอบข้าง มันอาจเป็นสัญญาณของ ODD ผู้ที่เป็นโรค ODD บางคนอาจกำลังทุกข์ทรมานจากโรคสมาธิสั้น หรือภาวะสมาธิสั้น (AD/HD) โรคซึมเศร้า หรือโรควิตกกังวล

อาการทั่วไปของ ได้แก่:

- ปฏิเสธที่จะปฏิบัติตามคำแนะนำ หรือกฎ
- ทะเลาะกับผู้ใหญ่บ่อยครั้ง
- จงใจทำให้คนอื่นไม่พอใจบ่อยครั้ง
- มีการร้องอาละวาด โวยวายบ่อย
- ไร้คารุณคนอื่นได้ง่าย
- โยนความผิดให้คนอื่น
- เก็บความโกรธต่อสิ่งที่น่าเคือง
- มักมีทัศนคติที่พยาบาท

บทบาทของผู้ปกครอง

ถ้าฉันสงสัยว่าลูกของฉันมี ODD ฉันควร...

- ขอคำปรึกษา และประเมินผลทางจิตเวชให้กับบุตรหลานของคุณ โดยเร็วที่สุด เพื่อให้สามารถจัดอบรมการรักษาและการช่วยเหลือที่เหมาะสมแก่พวกเขา
- เริ่มติดต่อกับผู้ประสานงานความต้องการพิเศษทางการศึกษา (SENCO) ครูประจำชั้น ทีมแนะแนวโรงเรียน หรือนักสังคมสงเคราะห์ของโรงเรียน เพื่อจัดเตรียมบริการสนับสนุนที่เหมาะสม

หลังจากที่ลูกของฉันได้รับการประเมินว่าเป็น ODD ฉันควร...

- ร่วมมือกับบุคลากรผู้ดูแลสุขภาพในการดำเนินการตามแผนการรักษาที่แนะนำ เพื่อให้แน่ใจว่าบุตรหลานของคุณได้รับการรักษาตามที่พวกเขาต้องการ และใช้ยาตามที่กำหนด (ถ้ามี)
- ริเริ่มเพื่อให้โรงเรียนทราบข้อมูลเกี่ยวกับความต้องการด้านการศึกษาพิเศษให้กับบุตรหลานของคุณโดยเร็วที่สุด รวมถึงการส่งรายงานทางจิตเวชของพวกเขาไปยังโรงเรียน เพื่อจัดเตรียมบริการช่วยเหลือที่เหมาะสม
- คอยติดต่อกับทีมแนะแนวโรงเรียนหรือนักสังคมสงเคราะห์ของโรงเรียน SENCO ทีมช่วยเหลือนักเรียน ครูประจำชั้นและครูประจำวิชา เพื่อทำความเข้าใจสภาพการเรียนรู้และการปรับตัวของพวกเขา และร่วมกันหาหรือเกี่ยวกับกลยุทธ์การสนับสนุนที่เหมาะสมเมื่อจำเป็น

กลยุทธ์ต่อไปนี้อาจได้รับการพิจารณาเมื่อช่วยเหลือบุตรหลานของคุณ:

การจัดการ และการปรับปรุงพฤติกรรม

- อยู่ในความสงบ และหลีกเลี่ยงการโต้เถียง หากบุตรหลานของคุณปฏิเสธที่จะเชื่อฟัง และพยายามโต้เถียง รักษาอารมณ์ของคุณให้คงที่ก่อน และให้คำแนะนำ หรือคำตอบสั้น ๆ เท่านั้น การโต้เถียงมากเกินไปจะไม่ช่วยปรับปรุงพฤติกรรมของพวกเขา
- จัดการกับอารมณ์ก่อนพฤติกรรม เมื่อบุตรหลานของคุณอารมณ์เสีย หรือโกรธ คุณจะสะท้อนอารมณ์ให้พวกเขาเห็นด้วยการพูดคุยก่อนได้ เช่น “ฉันเห็นว่าคุณโกรธ” หลังจากให้สถานที่

และเวลาที่เหมาะสมเพื่อให้บุตรหลานของคุณสงบลง คุณอาจให้ความคาดหวังเกี่ยวกับพฤติกรรมที่ชัดเจนในลักษณะที่มั่นคง และสงบสุข

- กำหนดผลที่ตามมาเกี่ยวกับพฤติกรรม และให้บุตรหลานของคุณรับผิดชอบต่อพฤติกรรมของพวกเขา ผลที่ตามมาควรมีความสมเหตุสมผล และดำเนินการอย่างสม่ำเสมอเพื่อป้องกันไม่ให้บุตรหลานของคุณมีช่องว่างในการหลบหนี โปรดทราบว่า การลงโทษไม่ใช่กลยุทธ์ที่ยั่งยืน และไม่มีประสิทธิภาพ และคุณควรหลีกเลี่ยงการมุ่งเน้นไปที่แนวทางการลงโทษเหล่านี้สำหรับการจัดการพฤติกรรมของบุตรหลานของคุณ
- พยายามเข้าใจเหตุผลหลังพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม เพื่อสามารถจัดการปัญหาความต้องการที่แท้จริงของบุตรหลานของคุณ นี่จะช่วยให้คุณหลีกเลี่ยงการเกิดขึ้นซ้ำ ๆ ของพฤติกรรมด้านลบของบุตรหลานของคุณ
- สอนบุตรหลานของคุณบนพื้นฐานความสามารถของพวกเขา และใช้การมอบรางวัลของคุณให้เป็นประโยชน์ ตั้งความคาดหวัง และเป้าหมายที่สมเหตุสมผลให้กับบุตรหลานของคุณตามความสามารถ และสถานะของพวกเขา กำหนดกลไกการมอบรางวัลตามการส่งเสริมให้บุตรหลานของคุณเปลี่ยนพฤติกรรมที่เป็นปัญหาด้วยพฤติกรรมด้านบวก และดี คุณควรกล่าวคำชม และยกย่องบุตรหลานของคุณเมื่อพวกเขามีความก้าวหน้า เมื่อจำเป็นอาจเสนอรางวัลเพิ่มเติมเพื่อเพิ่มแรงจูงใจของบุตรหลานของคุณในการปรับปรุงพฤติกรรมของพวกเขาได้ อาจให้ความสนใจมากขึ้นกับสิ่งที่บุตรหลานของคุณชอบซึ่งสามารถใช้เป็นแรงจูงใจในการปรับปรุงพฤติกรรมของพวกเขา

การป้องกันปัญหาพฤติกรรม

- กำหนดกฎที่ชัดเจน กำหนดกฎสั้น ๆ และชัดเจนไว้ล่วงหน้า และคิดประกาศคำแนะนำที่เกี่ยวข้องในสถานที่ซึ่งสามารถมองเห็นได้ชัดเจน
- แจ้งบุตรหลานของคุณให้ทราบล่วงหน้าว่าคุณจะทำอะไรหากพวกเขาทำผิดกฎ หากคุณคาดว่าบุตรหลานของคุณอาจมีพฤติกรรมที่เป็นปัญหาในบางครั้ง ขอแนะนำให้คุณสอนวิธีรับมือที่เหมาะสม และผลที่ตามมาล่วงหน้าให้กับพวกเขา เพื่อให้พวกเขาเอาใจใส่กับพฤติกรรมของตนเองมากขึ้น
- สอนวิธีการแก้ปัญหาที่เหมาะสมแก่บุตรหลานของคุณ พุดคุย และวิเคราะห์กับบุตรหลานของคุณเกี่ยวกับกลยุทธ์การรับมือที่ต่างกันในการเผชิญหน้าด้านลบในแต่ละวันที่พวกเขาอาจเผชิญเพื่อหลีกเลี่ยงความขัดแย้ง หรือการตอบโต้จนกลายเป็นนิสัย

การปรับปรุงความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่ และลูก

- จัดช่วงเวลา (เช่น 15 นาที) ทุกวันเพื่อทำกิจกรรมที่ผ่อนคลายกับบุตรหลานของคุณ ในระหว่างกระบวนการ หลีกเลี่ยงการให้คำแนะนำ การดูค่า หรือการแก้ไขพฤติกรรมเพื่อสร้างความไว้วางใจ และเสริมสร้างความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่ และลูก
- ช่วยบุตรหลานของคุณสร้างภาพลักษณ์ของตนเองในด้านบวก กล่าวชมคุณลักษณะด้านบวกของบุตรหลานของคุณ และปรับปรุงการเคารพตนเองของพวกเขาให้ดีขึ้น ช่วยส่งเสริมความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่ และลูก และทำให้บุตรหลานของคุณร่วมมือ และปฏิบัติตามมากขึ้น

มาตรการช่วยเหลือ และกลยุทธ์

โดยทั่วไป โรงเรียนอาจให้การช่วยเหลือตามความต้องการของนักเรียนแต่ละคนดังต่อไปนี้:

การช่วยให้นักเรียนปรับตัวในโรงเรียน

- บุคลากรของโรงเรียน (เช่น ครู นักสังคมสงเคราะห์ และที่ปรึกษา) ควรแนะนำให้นักเรียนปรับปรุงพฤติกรรมของพวกเขาในลักษณะด้านบวก ชัดเจน และสม่ำเสมอ
- จัดสถานที่ และเวลาแก่นักเรียนเพื่อทำการปรับอารมณ์เมื่อจำเป็น
- วิเคราะห์จุดประสงค์ หรือความต้องการหลังจากนักเรียนได้แสดงอารมณ์ต่าง ๆ (เช่น อารมณ์เสีย ไม่ปฏิบัติตามคำแนะนำ) และให้คำแนะนำที่เหมาะสม
- จัดอบรมแบบกลุ่ม หรือให้คำปรึกษารายบุคคลสำหรับนักเรียนที่ต้องการพัฒนาทักษะการติดต่อสื่อสาร การจัดการอารมณ์

และการแก้ปัญหาของพวกเขา

- ทบทวน และบันทึกพฤติกรรมของนักเรียนอย่างสม่ำเสมอ ให้จุดอ่อน พฤติกรรมที่สังเกตเห็น และต้องการให้พัฒนาขึ้น และกำหนดแผนการมอบรางวัลเพื่อส่งเสริมให้นักเรียนสร้างนิสัยพฤติกรรมที่ดี
- รับรู้ถึงความก้าวหน้า และพฤติกรรมที่ดีของนักเรียน

การช่วยให้นักเรียนเข้ากันได้ และติดต่อสื่อสารกับครู และเพื่อน

- เรียนรู้เกี่ยวกับความสนใจของนักเรียน หรือร่วมกับนักเรียนในกิจกรรมที่เกี่ยวข้อง เพื่อสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างครูกับนักเรียน และช่วยปรับปรุงพฤติกรรมของนักเรียน
- จัดนักเรียนให้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม แนะนำนักเรียนให้ใคร่ครวญว่าความคิดของพวกเขาเกี่ยวกับสถานการณ์ต่าง ๆ นำไปสู่พฤติกรรมที่ตามมาอย่างไร และช่วยให้นักเรียนสร้างความสัมพันธ์ที่กลมเกลียว และเป็นมิตรกับครู และเพื่อน
- ช่วยให้นักเรียนวิเคราะห์เจตนาของผู้อื่นอย่างแม่นยำมากขึ้นเพื่อลดพฤติกรรมต่อต้านของพวกเขาในขณะที่กำลังมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น
- สอนทักษะทางสังคมให้นักเรียนโดยตรง สร้างโอกาสให้นักเรียนได้ฝึกฝน และประยุกต์ใช้ทักษะที่พวกเขาได้เรียนรู้ และช่วยให้นักเรียนสร้าง และรักษาความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น

การมีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนรู้ของนักเรียน

- แจ้งให้นักเรียนทราบถึงขั้นตอนของบทเรียน และกิจกรรมการเรียนรู้ล่วงหน้า อธิบายกฎในชั้นเรียนอย่างชัดเจน และให้นักเรียนเข้าใจถึงพฤติกรรมที่คาดหวังในชั้นเรียน
- เพิ่มองค์ประกอบที่สามารถกระตุ้นความสนใจของนักเรียนในกิจกรรมภายในห้องเรียน และใช้แผนการให้รางวัลเพื่อเพิ่มการมีส่วนร่วมของนักเรียนในชั้นเรียน
- เพิ่มโอกาสให้นักเรียนทำการเลือกกิจกรรมการเรียนรู้ ซึ่งสามารถช่วยเพิ่มความรู้สึกรักของการควบคุมของนักเรียน และลดพฤติกรรมต่อต้านของพวกเขา
- ปรับความต้องการในการเรียนรู้ตามความสามารถของนักเรียน และให้การช่วยเหลือเมื่อจำเป็น เพื่อทำให้นักเรียนรู้สึกที่สามารถเรียนรู้ได้
- จัดหาที่พักทำการบ้านตามความต้องการของนักเรียนเพื่อปรับปรุงแรงจูงใจในการเรียนรู้ของพวกเขา
- จัดให้มีการทดสอบพิเศษตามความต้องการ และข้อเสนอแนะของนักเรียนจากผู้เชี่ยวชาญในวิชาชีพ

เสริมสร้างการช่วยเหลือ และความร่วมมือระหว่างบ้านกับโรงเรียน

- ให้บริการช่วยเหลืออย่างเข้มข้นแก่นักเรียนที่มีปัญหาร้ายแรงตามความจำเป็น เช่น จัดทำแผนการเรียนรู้รายบุคคล ดำเนินการทบทวน และติดตามผลอย่างสม่ำเสมอ
- จัดประชุมกลุ่มรายกรณีตามสภาพของนักเรียนเพื่อกำหนดทิศทางในการจัดการกลุ่มรายกรณี ช่วยให้ผู้ปกครองเข้าใจวิธีการจัดการของโรงเรียน ในขณะที่เดียวกันก็ช่วยเหลือผู้ปกครองจัดการกับปัญหาครอบครัว หรือส่งถึงครอบครัวเพื่อรับบริการที่เหมาะสม
- รักษาความร่วมมือ และการติดต่อสื่อสารอย่างใกล้ชิดระหว่างโรงเรียน ผู้ปกครอง และผู้เชี่ยวชาญ (เช่น บุคลากรผู้ดูแลสภาพ นักสังคมสงเคราะห์ และนักจิตวิทยา เป็นต้น)

เว็บไซต์ที่เป็นประโยชน์

สำนักงานการศึกษา

เว็บไซต์ของสำนักงานการศึกษา

<http://www.edb.gov.hk/en>

“SENSE” ข้อมูลการศึกษาแบบบูรณาการ และการศึกษาพิเศษออนไลน์

<https://sense.edb.gov.hk/en>

“Mental Health@School” ข้อมูลสุขภาพจิตของนักเรียนบนออนไลน์

<http://mentalhealth.edb.gov.hk/en>

คู่มือการปฏิบัติงานเกี่ยวกับแนวทางทั้งโรงเรียนสู่การศึกษาแบบบูรณาการ

https://sense.edb.gov.hk/uploads/page/integrated-education/guidelines/ie_guide_en.pdf

คู่มือทรัพยากรสำหรับครู – การเข้าใจ และการช่วยเหลือนักเรียนที่มีภาวะทางจิต

https://mentalhealth.edb.gov.hk/uploads/mh/content/document/Teacher's_Resource_Handbook_on_Understanding_and_Supporting_Students_with_Mental_Illness_Aug_2017.pdf

กรมอนามัย

บริการประเมินเด็ก

<https://www.dhcas.gov.hk/en/>

บริการสุขภาพนักศึกษา

<https://www.studenthealth.gov.hk/eindex.html>

กรมสวัสดิการสังคม

<https://www.swd.gov.hk/en/index>

สถาบันการสังคมแห่งฮ่องกง

<http://hkcss.org.hk/?lang=en>

หมายเลขโทรศัพท์สำหรับสอบถาม

สำนักการศึกษา

คำถามทั่วไปเกี่ยวกับการศึกษาพิเศษ

3698 3957

เจ้าหน้าที่โรงพยาบาล

หน่วยงานสุขภาพจิตโดยตรง (24 ชั่วโมง)

2466 7350

กรมอนามัย

บริการประเมินเด็ก

2246 6659

บริการสุขภาพนักศึกษา

2349 4212

แหล่งข้อมูลของชุมชน และสายด่วน

<https://mentalhealth.edb.gov.hk/en/early-identification-at-the-selective-level/helplines-and-community-resources.html>