

## ♥ ช่วยให้นักเรียนสามารถปรับตัวเข้ากันได้ และติดต่อสื่อสารกับครู และเพื่อน

- ▶ ปลูกฝังสภาพแวดล้อมการเรียนรู้ที่ปลอดภัย และเป็นมิตร เพิ่มปฏิสัมพันธ์ระหว่างนักเรียนและครูผ่านกิจกรรมที่ไม่ใช้คำพูดหรือกิจกรรมประจำวันในชั้นเรียนและสร้างรากฐานในการเสริมสร้างการพูดสื่อสารของพวกเขา
- ▶ ใช้ความคิดริเริ่มในการดูแลนักเรียน ติดต่อสื่อสารกับเขา/เธอด้วยน้ำเสียงต่ำ และน้ำเสียงที่เป็นธรรมชาติ และสร้างความสัมพันธ์ของความไว้วางใจซึ่งกันและกัน
- ▶ ชมเชยนักเรียนสำหรับพฤติกรรมและความพยายามไม่เชิงบวกในทุกด้านของพวกเขา หลีกเลี่ยงการปฏิเสธหรือวิพากษ์วิจารณ์อารมณ์ที่ไม่ดี และการเย็บไม่พูดของนักเรียน
- ▶ จัดเพื่อนที่เป็นมิตรและเพื่อนที่เป็นประโยชน์เพื่อช่วยเหลือนักเรียนที่ต้องการความช่วยเหลือช่วยให้พวกเขาสร้างกลุ่มสังคมและเสริมสร้างความรู้สึกรักความเป็นเจ้าของในชั้นเรียนของนักเรียน
- ▶ สอนวิธีการผ่อนคลายตนเอง และแนะนำให้นักเรียนนำไปใช้เมื่อจำเป็น



## ♥ การมีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนรู้ของนักเรียน

- ▶ ปรับความคาดหวังตามสภาพ และความสามารถของนักเรียน จัดให้มีกิจกรรมการเรียนรู้ รูปแบบการตั้งคำถาม และข้อกำหนดในการตอบคำถาม และเพิ่มการมีส่วนร่วมของนักเรียนอย่างค่อยเป็นค่อยไป ให้นักเรียนติดต่อสื่อสารกับผู้อื่นในรูปแบบต่าง ๆ (เช่น โดยการพยักหน้า/สายตาระยะของพวกเขาคือคำตอบใช่/ไม่ใช่) เพื่อลดความวิตกกังวลและความกดดันจากกิจกรรมการเรียนรู้ของนักเรียน
- ▶ แจ้งให้ทราบล่วงหน้าก่อนถามคำถาม หรือให้นักเรียนคนอื่นตอบคำถามก่อน เพื่อให้นักเรียนที่ต้องการความช่วยเหลือมีเวลาเพียงพอในการเตรียมตัวสำหรับคำตอบของพวกเขา แสดงความชื่นชมยินดี และให้กำลังใจนักเรียนหลังจากตอบคำถาม (ทางคำพูด หรือไม่ใช่คำพูด)
- ▶ เมื่อจัดกิจกรรมกลุ่มนักเรียนอาจทำงานร่วมกับเพื่อนที่คุ้นเคยและไว้ใจได้เพื่อเพิ่มความมีส่วนร่วมของพวกเขา
- ▶ จัดหาที่พักทำที่บ้านตามความต้องการของนักเรียน (เช่น การพูดสื่อสาร) เพื่อลดแรงกดดันของพวกเขา
- ▶ จัดให้มีการสอบพิเศษตามความต้องการและข้อเสนอแนะของนักเรียนจากผู้เชี่ยวชาญ



## ♥ เสริมสร้างการช่วยเหลือและความร่วมมือระหว่างบ้านกับโรงเรียน

- ▶ ให้บริการช่วยเหลืออย่างเข้มข้นแก่นักเรียนที่มีปัญหาร้ายแรงตามความจำเป็นเช่น จัดทำแผนการเรียนรู้รายบุคคลดำเนินการทบทวนและติดตามผลอย่างสม่ำเสมอ
- ▶ รักษาความร่วมมือและการติดต่อสื่อสารอย่างใกล้ชิดระหว่างโรงเรียนผู้ปกครองและผู้เชี่ยวชาญ (เช่น บุคลากรผู้ดูแลสุขภาพ นักสังคมสงเคราะห์และนักจิตวิทยา เป็นต้น)

## เว็บไซต์ที่เป็นประโยชน์

### สำนักการศึกษา



หน้าหลักของสำนักการศึกษา



"SENSE" ข้อมูลการศึกษาแบบบูรณาการและการศึกษาพิเศษออนไลน์



"Mental Health @School" ข้อมูลสุขภาพจิตของนักเรียนบนออนไลน์



คู่มือการปฏิบัติงานเกี่ยวกับแนวทางทั้งโรงเรียนสู่การศึกษาแบบบูรณาการ



คู่มือทรัพยากรสำหรับครู เรื่องการเข้าใจและการช่วยเหลือนักเรียนที่มีภาวะทางจิต

### กรมอนามัย



บริการประเมินเด็ก



บริการสุขภาพนักศึกษา

### กรมสวัสดิการสังคม



### สภาพัฒนาการสังคมแห่งชาติ



### แหล่งข้อมูลของชุมชนและสายด่วน



### หมายเลขโทรศัพท์สำหรับสอบถาม

### สำนักการศึกษา

- คำถามทั่วไปเกี่ยวกับการศึกษาพิเศษ

3698 3957

### เจ้าหน้าที่โรงพยาบาล

- หน่วยงานสุขภาพจิตโดยตรง (24 ชั่วโมง)

2466 7350

### กรมอนามัย

- บริการประเมินเด็ก

2246 6659

- บริการสุขภาพนักศึกษา

2349 4212

# 選擇性緘默症

โรคไม่พุดบางสถานการณ์



## วิธีการช่วยเหลือเด็กที่มีปัญหาพุดได้แต่ไม่ยอมพุด

“การดูแลชุดการศึกษาผู้ปกครองสุขภาพจิตของเด็ก



## “โรคไม่พูดบางสถานการณ์” คืออะไร?

โรคไม่พูดบางสถานการณ์ (SM) เป็นโรควิตกกังวลชนิดหนึ่ง ผู้ที่มี SM สามารถพูดคุย และโต้ตอบได้ตามปกติในบางสถานการณ์ (เช่น ที่บ้านหรือกับสมาชิกในครอบครัวที่ใกล้ชิด) แต่พวกเขาไม่สามารถพูดได้บางสถานการณ์ทางสังคม (เช่น เมื่อเผชิญหน้ากับครูที่โรงเรียนหรือคนแปลกหน้าที่บ้าน) ซึ่งส่งผลต่อการเรียนรู้และการขัดเกลาทางสังคมของพวกเขา

พวกเขาสามารถพูดคุยได้ตามปกติในสภาพแวดล้อมที่คุ้นเคย (เช่น ที่บ้าน) แต่ในสถานการณ์ทางสังคมบางอย่าง (เช่น ที่โรงเรียน หรือการรวมตัวกับเพื่อน ๆ) พวกเขาอาจจะทำดังนี้:



- ✦ ไม่สามารถพูดคุยกับผู้อื่นได้
- ✦ จัดการเพื่อตอบกลับด้วยคำกระซิบหนึ่ง หรือสองคำ
- ✦ ติดต่อสื่อสารด้วยการพยักหน้า หรือส่ายหัว และแสดงท่าทางแทนการใช้การติดต่อสื่อสารที่เป็นคำพูด
- ✦ ซื่อๆ พังพา และปลีกตัวออกจากกลุ่ม
- ✦ พูดตอบทันที หรือหยุดนิ่งเมื่อพวกเขารู้สึกว่ามีความกำกวมใจอยู่หรือเข้าใจพวกเขา



## บทบาทของผู้ปกครอง



## ถ้าฉันสงสัยว่าลูกของฉันมี SM ฉันควร...

- ขอคำปรึกษา และประเมินผลทางจิตเวชให้กับบุตรหลานของคุณโดยเร็วที่สุด เพื่อให้สามารถจัดเตรียมการฝึกอบรมการรักษา และการช่วยเหลือที่เหมาะสมแก่พวกเขา
- เริ่มติดต่อกับผู้ประสานงานความต้องการพิเศษทางการศึกษา (SENCO) ครูประจำชั้นที่โรงเรียนหรือที่นักสังคมสงเคราะห์ของโรงเรียน เพื่อจัดเตรียมบริการช่วยเหลือที่เหมาะสม

## หลังจากที่ลูกของฉันได้รับการประเมินว่าเป็น SM ฉันควร...

- ร่วมมือกับบุคลากรผู้ดูแลสภาพในการดำเนินการตามแผนการรักษาที่แนะนำ เพื่อให้แน่ใจว่าบุตรหลานของคุณได้รับการรักษาตามที่พวกเขาต้องการ และใช้ยาตามที่กำหนด (ถ้ามี)
- ริเริ่มเพื่อให้โรงเรียนทราบข้อมูลเกี่ยวกับความต้องการด้านการศึกษาพิเศษให้กับบุตรหลานของคุณโดยเร็วที่สุดรวมถึงการส่งรายงานทางจิตเวชของพวกเขาไปยังโรงเรียนเพื่อจัดเตรียมบริการช่วยเหลือที่เหมาะสม
- รักษาการติดต่อสื่อสารกับทีมแนะแนวโรงเรียน หรือนักสังคมสงเคราะห์ของโรงเรียน SENCO ทีมช่วยเหลือนักเรียน ครูประจำชั้น และครูประจำวิชาเพื่อทำความเข้าใจสภาพการเรียนรู้และการปรับตัวของพวกเขา และร่วมกันหาหรือเกี่ยวกับกลยุทธ์การสนับสนุนที่เหมาะสมกับพวกเขาเมื่อจำเป็น

## กลยุทธ์ต่อไปนี้อาจได้รับการพิจารณาเมื่อช่วยเหลือบุตรหลานของคุณ:

### ➤ สังคม และการติดต่อสื่อสาร

- ปลุกฝังสภาพแวดล้อมทางสังคมที่เปิดเผยและเป็นบวก และเป็นตัวอย่างที่ดีสำหรับบุตรหลานของคุณ เช่น ผู้ปกครองใช้ความคิดริเริ่มในการสาธิตวิธีการพูดคุยกับผู้อื่น และวิธีเข้าร่วมในการสนทนาอย่างมั่นใจและคล่องแคล่ว เป็นต้น
- ส่งเสริมให้บุตรหลานของคุณพูดตอบในสภาพแวดล้อมทางสังคมอย่างค่อยเป็นค่อยไปด้วยทัศนคติที่เข้าใจและเห็นอกเห็นใจ
- ขอให้ครอบครัวหรือเพื่อนฝูงเพื่อให้พื้นที่ส่วนตัวที่เหมาะสมแก่บุตรหลานของคุณในการชุมนุมและให้บุตรหลานของคุณพยายามมีส่วนร่วมในการสนทนาหรือโต้ตอบกับผู้อื่นเฉพาะเมื่อพวกเขารู้สึกพร้อมและหลีกเลี่ยงการตราหน้าบุตรหลานของคุณว่า “ไม่พูด” ต่อหน้าผู้อื่น
- คำนึงถึงระดับความวิตกกังวลของบุตรหลานของคุณในสถานการณ์ทางสังคม หากคุณสังเกตว่าภาษาของพวกเขากำลัง (เช่น การก้มศีรษะ และกาวงอตัว เป็นต้น) สะท้อนให้เห็นถึงระดับความวิตกกังวลที่เพิ่มขึ้นคุณควรหลีกเลี่ยงการบังคับให้บุตรหลานของคุณพูด
- ใช้เวลาอยู่เพียงพอสําหรับบุตรหลานของคุณที่จะพูดตอบ และหลีกเลี่ยงการเข้าแทรกแซงก่อนเวลาอันควรหรือพูดเพื่อบุตรหลานของคุณ



- ผู้ปกครองอาจทำให้คำถามง่ายขึ้นที่บุตรหลานของคุณต้องตอบ เช่น การเปลี่ยนคำถามแบบอัตโนมัติเป็นคำถามแบบปรนัย (เช่น “คุณต้องการดื่มน้ำส้ม ชามะนาว หรืออย่างอื่นหรือไม่”) เพื่อช่วยให้บุตรหลานของคุณตอบคำถาม

- ผู้ปกครองควรยกย่องบุตรหลานของคุณ (ทางคำพูด หรือไม่ใช้คำพูด) เมื่อพวกเขาติดต่อสื่อสารกับผู้อื่นหรือพยายามเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม

### ➤ การฝึกอบรมรายวัน

- ส่งเสริมให้บุตรหลานของคุณแสดงตัวเขาเองออกด้วยคำพูดบ่อยขึ้น และช่วยให้พวกเขาสร้างทักษะการแสดงออกด้วยคำพูด และความมั่นใจ
- เชิญเพื่อนมาเล่นที่บ้านและเริ่มต้นด้วยกิจกรรมที่ต้องการพูดสื่อสารน้อยลง เช่น การทำแบบจำลอง หรือการทำดินเหนียวเพื่อให้บุตรหลานของคุณมีโอกาสได้อยู่ร่วมกับเพื่อน ๆ ในสภาพแวดล้อมที่คุ้นเคยมากขึ้น
- ให้บุตรหลานของคุณคุ้นเคยกับการได้ยินเสียงของตัวเอง เช่น ชมคลิปวิดีโอ การสนทนา หรือการโต้ตอบที่บ้านกับบุตรหลานของคุณ



## มาตรการช่วยเหลือ และกลยุทธ์

โดยทั่วไป โรงเรียนอาจให้การช่วยเหลือตามความต้องการของนักเรียนแต่ละคนดังต่อไปนี้:



### ช่วยให้นักเรียนปรับตัวในโรงเรียน

- จัดพื้นที่และเวลาให้แก่นักเรียนในการควบคุมความวิตกกังวลของพวกเขาเมื่อจำเป็น
- สำรองกิจกรรมที่ช่วยให้นักเรียนสามารถโต้ตอบกับผู้อื่นในลักษณะที่ผ่อนคลาย และให้นักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมเหล่านี้ตามความเหมาะสม
- จัดให้มีคู่มือฝึกอบรมกลุ่ม หรือการให้คำปรึกษารายบุคคลสำหรับนักเรียน เพื่อพัฒนาทักษะการจัดการทางสังคม อารมณ์ ทักษะในการแก้ปัญหา เสริมสร้างความรู้สึกด้านความสามารถของพวกเขา และเสริมสร้างความมั่นใจในตนเอง
- จัดให้มีครูที่ได้รับมอบหมาย หรือเจ้าหน้าที่แนะแนวเพื่อสร้างสายสัมพันธ์ที่มั่นคงกับนักเรียน และสร้างความสัมพันธ์ด้วยความไว้วางใจซึ่งกันและกันกับพวกเขา ให้ความช่วยเหลือเมื่อนักเรียนต้องการ หรือสร้างเครือข่ายการช่วยเหลือให้กับนักเรียนในโรงเรียน