

# วิธีการสอน

3

สำหรับ

2

พ่อ-แม่และผู้ฝึก  
บุ

1

เด็กปัญญาอ่อน

กลุ่มงานจิตวิทยา

สถาบันราชานุกูล

กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข

โดยการสนับสนุนของ กระทรวงพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์

ข้อมูลวิชาการ : อุ่นเรือน อำไพพัสดร์

## วิธีการสอนทักษะใหม่

เมื่อเราเริ่มโปรแกรมการฝึกเป็นรายบุคคล วิธีที่ดีที่สุดคือ ต้องทำความเข้าใจกับคุณเคยกับตัวเด็ก และสิ่งแวดล้อมที่เขาอยู่ ดังนั้นจึงจำเป็นต้องพูดคุยกับเขา เพื่อให้คุณเคยก่อนที่จะเริ่มโปรแกรมการฝึก ในขณะที่เราทำความเข้าใจกับเด็ก ทำให้เราได้พิจารณาว่าควรใช้อะไรเป็นรางวัลจึงจะเหมาะสมกับเขา เช่น จะรู้ว่าอะไรที่เขาชอบกิน เพื่อใช้สิ่งนั้นเป็นรางวัลให้เขาในการฝึก

วัตถุประสงค์แรกเมื่อเริ่มการฝึกเป็นรายบุคคล ไม่ใช่การสอนทักษะ การช่วยเหลือตัวเองเท่านั้น แต่จะต้องทำให้เด็กอยู่ในคำสั่งของเรา เป็นต้นว่าเราต้องการให้เขามาหาเมื่อเราเรียกชื่อเขา โดยเฉพาะพวกเด็ก SEVERELY หรือ PROFOUND ผู้ซึ่งไม่เคยอยู่ในคำสั่งของเรา ดังนั้นเมื่อเริ่มการฝึก จึงต้องฝึกในเรื่องการควบคุมให้เด็กอยู่ในคำสั่งเสียก่อนที่จะฝึกในเรื่องทักษะต่างๆ

ในระยะแรกเริ่มการฝึก (ในครั้งแรกหรือครั้งที่สอง) ท่านต้องให้เด็กชิมขนมที่ใช้เป็นรางวัลเสียก่อนที่จะใช้เป็นรางวัลต่อไป หรืออาจใช้วิธีอวดรางวัล ให้เด็กเห็นเป็นการดีที่สุดเมื่อเริ่มต้นด้วยการให้เด็กมาหารางวัล ตัวอย่างเช่น เราเริ่มโดยการออกคำสั่งว่า “จ๊อน มานี่” โดยถือรางวัลไว้และทำท่าทางให้รู้ว่าเราต้องการให้เด็กมาหาเรา แล้วต่อจากนั้นก็สั่งว่า “จ๊อนนั่งลง” แล้วจึงค่อยๆ เพิ่มคำสั่งมากขึ้น

จำเป็นที่จะต้องพูดว่า “เด็กดีหรือเก่ง” ทันทีที่เด็กทำตามคำสั่ง เมื่อพูดชมแล้วตามด้วยรางวัลทันที คำพูดว่า “เก่งมากหรือเด็กดี” จะเป็นเสมือนสัญญาณเชื่อมระหว่างการตอบสนองของเขากับอาหารที่เป็นรางวัลที่เขาจะได้รับ เด็กก็จะเรียนรู้ว่า หลังจากคำพูดว่า “เก่ง” หรือ “ดี” เขาจะได้รับรางวัล แล้วหลังจากนี้เราก็จะเพิ่มระยะเวลาระหว่างการให้คำชมเชยและรางวัลเพื่อว่าเขาจะได้คุ้นกับการได้รับคำชมเชยเพียงอย่างเดียว



เมื่อเราเริ่มสอนจำเป็นต้องใช้การให้รางวัลต่อเนื่องกัน หมายถึงว่า ต้องให้ขนมเขาทุกครั้งที่เขาตอบสนองคำสั่งของเรา แล้วเราจึงค่อยๆ ให้รางวัล เป็นช่วงๆ แต่ทุกครั้งก็ยังคงใช้การชมเชย เมื่อเด็กทำตามคำสั่ง

เมื่อเริ่มการฝึกแต่ละครั้งให้เริ่มด้วยสิ่งที่เด็กทำได้สำเร็จเสียก่อน โดยขอให้เขาทำในสิ่งที่เขาทำได้แล้ว เพื่อว่าเขาจะได้รับรางวัล แล้วต่อจากนั้น จึงค่อยเพิ่มทักษะใหม่ให้เรียนรู้ต่อไป

และที่สำคัญก็คือ เมื่อจะเลิกการฝึกในแต่ละครั้ง ให้เลิกเมื่อเด็ก ทำสำเร็จแล้ว

เมื่อเราออกคำสั่งแล้วจงให้เวลาที่เด็กจะตอบสนองและต้องตัดสินใจ ล่วงหน้าก่อนว่า การตอบสนองของเด็กแค่นั้นที่เราจะยอมรับ ตัวอย่างเช่น ถ้า ท่านตัดสินใจว่าท่านจะไม่ให้รางวัล ถ้าเด็กไม่พยายามทำด้วยตนเอง เราก็จะ ปฏิบัติตามนี้ คือ ไม่ให้รางวัลถ้าเด็กไม่พยายามทำด้วยตนเอง ในการฝึกครั้งแรกๆ ถ้าเด็กไม่ตอบสนองท่านต้องพิจารณาดูว่า รางวัลที่เราให้เด็กนั้นเพียงพอไหม หรือว่าท่านสั่งเขามากเกินไป หรือ เด็กเหนื่อยแล้ว หรือ หงุดหงิดแล้ว และ ในครั้งต่อไป ถ้าเด็กยังไม่ตอบสนองอีกควรพูดว่า “ไม่ได้” เอาจริงๆ ช่อนข้างหลัง หรือหันหน้าหนีเสีย เด็กจะเข้าใจได้ว่าการที่เราไม่ให้รางวัลเขานั้น เพราะเขา ไม่ตอบสนองเรา ท่านจะต้องไม่ออกคำสั่งซ้ำซากมากเกินไป เมื่อให้คำสั่งแต่ละครั้ง จะต้องคอยเพื่อให้เด็กต้องตอบสนองต่อคำสั่งนั้นด้วย

เมื่อท่านจะสอนทักษะอย่างหนึ่งอย่างใดให้ จงแบ่งทักษะที่จะสอนนั้น ออกเป็นขั้นๆ ท่านจะสอนแต่ละขั้นนั้นก่อนที่จะให้เด็กทำงานนั้นได้เสร็จสมบูรณ์ ถ้าเด็กทำได้ด้วยตัวเองแล้วในขั้น 1, 2 เราก็จะเริ่มสอนในขั้นที่ 3 แล้วให้รางวัล เมื่อเด็กทำขั้นที่ 3 ได้สำเร็จ การฝึกหัดนี้ควรฝึกตามอัตรากำลังของผู้ถูกฝึก (ตัวเด็ก) ไม่ใช่ตามอัตรากำลังของครูผู้ฝึก เมื่อเห็นว่าเด็กสามารถที่จะเลื่อนขั้นอีกขั้นได้แล้ว จึงค่อยเลื่อนไปฝึกในขั้นต่อไป

ที่สำคัญก็คือต้องจำไว้ว่า ท่านอย่าให้รางวัลกับพฤติกรรมที่เพียงแต่เกิดขึ้นเท่านั้น แต่จงให้เมื่อพฤติกรรมนั้นเกิดขึ้นเพราะเป็นการตอบสนองต่อสัญญาณคือคำสั่งของเรา ให้ใช้ถ้อยคำง่ายๆ ในการออกคำสั่ง อาจใช้ท่าทางประกอบคำสั่ง และต้องพยายามให้คงเส้นคงวาทุกครั้งไป

ในระยะต้นๆ เพื่อให้เด็กเข้าใจความหมายของถ้อยคำที่เป็นคำสั่ง ท่านจะต้องพูดซ้ำถ้อยคำนั้นในขณะที่เด็กกำลังทำอยู่ ตัวอย่างเช่น คำสั่งว่า “**จ้องนั่งตรงนี้**” เมื่อเด็กตอบสนองโดยการลงนั่ง ท่านจงชมและให้รางวัล ลูบหลังและพร้อมทั้งพูดหลายๆ ครั้ง เมื่อเขากำลังนั่งว่า “**นั่ง, นั่ง**”

ถ้าท่านใช้อะไรเป็นรางวัลในการฝึกทักษะ จงอย่าใช้ของนั้นให้เด็กในเวลาอื่น เพื่อที่ว่าจะทำให้รางวัลนั้นมีความหมายและมีผลในขณะการฝึก

เมื่อเราสังเกตเห็นว่า เด็กเดาล่วงหน้าได้ว่า ท่านต้องการอะไร แล้วเขาทำก่อนที่ท่านจะออกคำสั่ง (เพื่อจะได้รับรางวัล) เป็นการดีที่เราจะเปลี่ยนคำสั่งเป็นอย่างอื่น

### **การควบคุมพฤติกรรมให้ได้ผลดีควรปฏิบัติดังนี้**

1. ทำความรู้จักกับบุคคลที่เราจะทำงานด้วยนี้ให้ดีเสียก่อนโดยการสังเกตพูดคุยกับคนที่รู้จักเขา เพื่อให้รู้จักเขา เช่น เขาชอบอะไร เขามีพฤติกรรมอย่างไร เขารู้จักชื่อเขาเองไหม เขาตอบสนองเมื่อเรียกชื่อเขาหรือไม่ เขาสามารถนั่งเฉยๆ ได้ในช่วงระยะเวลาหนึ่งได้หรือไม่ การสังเกตนี้ควรใช้เวลา 1-2 ครั้ง ประมาณ 20 - 30 นาที

2. บันทึกการสังเกตและนำสิ่งที่ได้จากการสังเกตมาใช้เพื่อทำความรู้จักเขาให้ดีขึ้น

การจดบันทึกควรมีแบบฟอร์มที่สามารถวิเคราะห์ได้ และสามารถใช้ได้ทั้งก่อนและหลังการฝึก ในการบันทึกจะต้องหาพฤติกรรมที่เราต้องการเปลี่ยนอย่าพยายามเปลี่ยนพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมทั้งหมดในเวลาเดียวกัน

3. หารางวัลที่เหมาะสมกับตัวเด็ก รางวัลจะต้องมีความหมายเพียงพอสำหรับตัวผู้ได้รับ

4. กำหนดเวลา สถานที่ ช่วงระยะเวลา ในการฝึกแต่ละครั้ง

- เลือกสถานที่ซึ่งไม่ทำให้เด็กวอกแวกได้ง่าย
- เริ่มต้นโดยการอยู่ตามลำพังตัวต่อตัว
- แล้วจึงค่อยๆ เพิ่มบุคคลอื่นขึ้นเมื่อถึงคราวที่เด็กควรก้าวหน้าขึ้น

จากเดิม

- ในแต่ละการฝึก ควรทำอย่างน้อย 2 ครั้งต่อวัน
- ในแต่ละครั้ง ควรเป็นระยะเวลาสั้นๆ (5-10 นาที) เมื่อเด็ก

ก้าวหน้าขึ้นจึงค่อยๆ เพิ่มเวลา เป็น 15-20 นาที

5. แสดงให้เด็กเห็นรางวัล

- เลือกรางวัลที่พอเพียงที่จะทำให้เด็กพอใจ ถ้าจำเป็นลองให้เขาชิมรางวัลที่เขาจะได้ก่อน เพื่อให้เด็กเข้าใจว่าเป็นอะไร

- ในขณะที่ทำงานกับเด็กควรใกล้ชิดให้มากๆ

6. ให้ใช้คำสั่งและท่าทางประกอบ

- ให้เด็กหันหน้ามาทางท่านเพื่อให้เขาเห็นท่าทางด้วย
- ท่าทางประกอบควรมีความหมายที่แสดงว่าท่านต้องการให้เขาทำ

อะไร

- ต้องนำคำสั่งด้วยชื่อของเขาก่อนเสมอเช่น “บอย มานี่” “บอย นั่งลง”
- ถือรางวัลให้เขาเห็นเพื่อให้เขาทำตามคำสั่ง
- ใช้เสียงที่หนักแน่น อย่าพูดแบบตวาด หรือพูดแบบอ่อนหวานขอร้อง
- การทำท่าทางประกอบ เช่น พูดว่า “บอย นั่งลง” (เอามือตบที่เก้าอี้)
- เน้นคำพูดทุกครั้งที่เราต้องการสอนเขา ใช้คำสั่งสั้นๆ และง่ายๆ

พร้อมทำท่าทางประกอบเสมอทุกครั้ง

- ค่อยๆ นำเขาเมื่อเขายังทำไม่ได้ (ไม่ใช่การบังคับ) โดยการโอบเบาๆ ทีละอย่าง ตัวอย่าง เช่น เมื่อเราช่วยให้เขาเข้าใจคำสั่ง เพื่อเขาจะได้รับรางวัล เราจะให้รางวัลเขาทันทีถึงแม้ว่าเราจะช่วยเขาทำเป็นส่วนใหญ่ในครั้งแรกเท่านั้นแล้ว ต่อจากนั้นควรเพิ่มจำนวนครั้งที่เด็กตอบสนองก่อนที่จะได้รับรางวัลเป็นการช่วยให้เด็กก้าวหน้าขึ้น ตัวอย่างเช่น เมื่อสอนให้เด็กใส่โดนัทลงในหลัก ครั้งแรกๆ เมื่อเด็กใส่ได้ 1 อัน ให้รางวัล และเมื่อทำได้แล้วก็จะเพิ่มจำนวนชิ้นคือใส่ได้ 2-3 อัน จึงให้รางวัล แล้วเพิ่มเป็น 4-5 อัน จึงให้รางวัลครั้งหนึ่ง ที่สุดให้รางวัลเมื่อทำเสร็จ

- อย่าให้รางวัล เมื่อเขายังทำไม่เสร็จตามที่เรากำลังต้องการ

#### 7. ให้เวลาเพื่อให้เด็กตอบสนอง

- อย่าเร่งรัดจนเกินไป

- ถ้ายังไม่มีการตอบสนอง เอรางวัลออกไปไม่เห็น คอยสักประเดี๋ยวจึงค่อยเริ่มใหม่

- ถ้าเด็กยังไม่ตอบสนองอีก ให้พิจารณาดูว่าเพราะอะไร รางวัลไม่ดีพอสำหรับเด็ก เขาเข้าใจคำสั่งหรือเปล่า เขาเหนื่อยหรือเปล่า หรือเขาไม่สบาย หงุดหงิด เขาอกแวก เพราะมีสิ่งอื่นดึงดูดความสนใจหรือไม่ เมื่อเราทราบถึงสาเหตุที่ทำให้เขาไม่สนใจในสิ่งที่เรากำลังฝึกให้ จะช่วยให้เราแก้ไขสาเหตุนั้นๆ ได้

- ถ้าเด็กตอบสนองในสิ่งที่เราไม่ต้องการให้เขาทำให้ใช้วิธี “งดรางวัล” และพูดว่า “ไม่ได้” เอรางวัลออกไปไม่ให้เห็น รอชั่วคราวจึงเริ่มขั้นที่ 5 ใหม่อีกครั้ง (ข้อ 5)

#### 8. เมื่อเด็กตอบสนองอย่างที่เราต้องการจงให้รางวัลทันที

- ในขณะที่ยื่นรางวัลส่งให้ จงพูดชมเชยด้วยพร้อมๆ กัน คำชม เช่น “ดีมาก” “หนูก่ง”

- แสดงความพอใจให้เขาเห็น ด้วยการยิ้มและแสดงท่าทาง (พยักหน้า ลูบเบาๆ ที่แก้มหรือหลัง กอด ตบมือให้)



- อย่าให้รางวัล ถ้าเด็กตอบสนองโดยเราไม่ได้ออกคำสั่ง

9. ทำซ้ำตั้งแต่ขั้นที่ 5 ถึง 8

- ค่อยๆ เพิ่มสิ่งที่เราต้องการให้เขาทำมากขึ้นทีละน้อยตัวอย่างเช่น  
สั่งว่า 1 “มาหาครูชิ” ให้รางวัล  
2 “มาหาครูชิ” “นั่งลง” ให้รางวัล  
3 “มาหาครูชิ” “นั่งลง” “หยิบก้อนไม้ให้ครูชิ” ให้

รางวัล

- ให้การสอนเพิ่มขึ้นแต่ละขั้น อย่าไปเร็วจนเกินไป ต้องดูให้เป็นไป

ตามความสามารถของผู้ถูกฝึก

- ถ้าเด็กแสดงความโกรธ หงุดหงิด ไม่สบายใจ หรือร้องไห้ จงลด

งานที่ฝึกให้น้อยลง และค่อยๆ ไปซ้ำๆ

- จงเลิกการฝึกแต่ละครั้งหลังจากที่เด็กทำงานได้สำเร็จ

10. ค่อยๆ เปลี่ยนการให้รางวัล

- ในการฝึกครั้งแรกๆ ต้องให้รางวัลทุกครั้งที่เด็กทำได้ และเมื่อเด็ก

ทำสิ่งนั้นได้แล้วจึงเปลี่ยนการให้รางวัลเป็นให้บางครั้ง เช่น ทำได้ 2-3 ครั้ง จึงให้รางวัล

11. บันทึกความก้าวหน้าทุกครั้ง

จดบันทึกความก้าวหน้าในการฝึกแต่ละครั้ง บันทึกคำสั่งและรางวัล

ที่ใช้

**เพื่อให้การควบคุมพฤติกรรมในการฝึกนี้ได้ผลสำเร็จจะต้องปฏิบัติดังนี้**

1. สังเกตพฤติกรรมก่อนการฝึก เพื่อพิจารณาว่าเราควรจะเริ่มต้น  
การฝึกอะไรก่อน และดูว่าอะไรเป็นสาเหตุที่ทำให้มีพฤติกรรมที่ไม่ต้องการ  
การสังเกตนี้จะต้องจดบันทึกเอาไว้



2. วิเคราะห์ข้อมูลเพื่อพิจารณาหาเป้าหมายการฝึก และรางวัลที่จะต้องใช้
3. เลือกสถานที่เพื่อการฝึก
4. เลือกเวลาและระยะเวลาที่ใช้ฝึก ควรเริ่มต้นการฝึกในช่วงเวลาสั้นๆ วันละ 2 ครั้ง (ครั้งละประมาณ 10 นาที) แล้วจึงค่อยๆ เพิ่มเวลาขึ้นตามความก้าวหน้าของแต่ละคน
5. การฝึกควรสม่ำเสมอและคงเส้นคงวา
6. จงจำไว้ว่า ความสำเร็จก่อให้เกิดความสำเร็จ อย่าตั้งเป้าหมายให้สูงเกินไป หรือใช้คำสั่งซับซ้อนเกินไปกว่าความสามารถที่เด็กจะทำได้
7. แบ่งการฝึกแต่ละอย่างออกเป็นขั้นตอนย่อยๆ เพื่อให้การฝึกง่ายขึ้น
8. ต้องพิจารณาดูว่า ผู้ถูกฝึกมีความอดทนมากน้อยแค่ไหน อย่าให้การฝึกแต่ละครั้งมากเกินไป
9. ใช้คำพูดในการออกคำสั่งให้เหมือนกันทุกครั้ง
10. ให้รางวัลเฉพาะการกระทำที่ถูกต้องเท่านั้น และเพิกเฉยกับพฤติกรรมที่ไม่ต้องการอื่นๆ โดยการหันหน้าไปทางอื่นเสีย
11. ต้องระวังอย่าให้รางวัลกับพฤติกรรมที่ไม่ต้องการโดยการบังเอิญ
12. เก็บบันทึกความก้าวหน้าในการฝึกทุกครั้ง

### **สิ่งที่ผู้ปกครองหรือผู้ดูแลควรปฏิบัติในการฝึกสอนเด็กปัญญาอ่อน**

1. เมื่อเด็กทำผิดจงแก้ไขทันที อย่าปล่อยให้เด็กทำผิดซ้ำโดยไม่แก้ไข
2. ต้องไม่แสดงความโกรธเมื่อเด็กทำผิด
3. เมื่อเขาประพฤติผิดจงแยกเขาออกไปจากกลุ่มชั่วคราวหนึ่ง (5 หรือ 10 นาที)
4. อย่าขู่ ความจำเขาไม่ดีในไม่ช้าเขาก็จะลืม
5. อย่าดูหรือบ่นว่าด้วยเสียงดัง

6. การแสดงความเป็นกันเองแต่หนักแน่นมั่นคง เป็นพื้นฐานของการฝึกระเบียบที่ดีกว่าการทำโทษ

7. จงช่วยเมื่อเขาต้องการความช่วยเหลือเท่านั้น อาจจะใช้เวลานานน้อยกว่าเด็กจะทำงานได้เสร็จ แต่ก็ป็นวิธีเดียวที่เขาจะได้เรียนรู้จริงๆ

สิงหาคม 2548



