

## กิจกรรมบำบัดคืออะไร และมีบทบาทอย่างไรในการดูแลเด็กพิการ

นายบรรณวิทย์ กิตก้อง ครูผู้ช่วย (นักกิจกรรมบำบัด)  
ศูนย์การศึกษาพิเศษ เขตการศึกษา 7 จังหวัดพิษณุโลก

กิจกรรมบำบัด (Occupational Therapy) หมายถึง การประยุกต์กิจกรรมมาใช้ในการตรวจประเมิน ส่งเสริม บำบัดรักษา และฟื้นฟูสมรรถภาพบุคคล ให้สามารถกลับไปดำรงชีวิตในสังคมได้อย่างใกล้เคียงปกติ

จากพระราชกฤษฎีกา ตาม พ.ร.บ. การประกอบโรคศิลปะ พ.ศ. 2542 ให้ความหมายของกิจกรรมบำบัด คือ การกระทำเกี่ยวข้องความสามารถของบุคคลที่มีความบกพร่องทางด้านร่างกาย จิตใจ การเรียนรู้ และการพัฒนาเกี่ยวกับเด็ก โดยกระบวนการตรวจประเมิน ส่งเสริม ป้องกันบำบัดและฟื้นฟูสมรรถภาพ ให้สามารถทำกิจกรรมต่างๆ ได้ เพื่อให้บุคคลดำเนินชีวิตได้ตามศักยภาพโดยนำกิจกรรม วิธีการ และอุปกรณ์ที่เหมาะสม มาเป็นวิธีการในการบำบัด

ซึ่งหลายคนอาจจะสับสนหรือสงสัยว่ากิจกรรมบำบัดคืออะไร มีความแตกต่างจากกายภาพบำบัดอย่างไร โดยกิจกรรมบำบัดมีความแตกต่างจากกายภาพบำบัด คือ กิจกรรมบำบัด เน้นความสามารถในการทำกิจกรรมมากกว่าการแก้ไขความพิการหรือพยาธิสภาพของผู้ป่วย และเน้นการส่งเสริมให้ผู้ป่วยทำกิจกรรมที่มีความหมายเพื่อเพิ่มศักยภาพและคุณค่าในตนเอง ส่วนกายภาพบำบัด เน้นแก้ไของค์ประกอบย่อยของการทำกิจกรรมการเคลื่อนไหวที่ผู้ป่วยต้องการนำไปใช้ในการดำเนินชีวิต

โดยการบำบัดรักษาทางกิจกรรมบำบัดนั้นได้แบ่งผู้รับบริการออกเป็น 4 กลุ่ม ได้แก่ ผู้ป่วยเด็ก ผู้ป่วยที่มีความบกพร่องทางร่างกาย ผู้ป่วยจิตเวช และผู้สูงอายุ ซึ่งนักกิจกรรมบำบัดจะให้การบำบัดรักษาและจัดกิจกรรมแตกต่างกันไปตามความบกพร่องของแต่ละคน

ในบทความนี้จะพูดถึงการทำงานของนักกิจกรรมบำบัดในบริบทของสถานศึกษา ซึ่งผู้เขียนเป็นนักกิจกรรมบำบัดที่ปฏิบัติงานในศูนย์การศึกษาพิเศษ และมีหน้าที่หลักในการให้บริการและบำบัดรักษาผู้รับบริการเด็กที่มีความบกพร่องด้านต่างๆ โดยมีขอบเขตในการทำงาน ดังนี้

1. การฝึกกิจวัตรประจำวันเพื่อให้เด็กสามารถปฏิบัติด้วยตนเอง เช่น การแต่งกาย การรับประทานอาหาร
2. เพิ่มความสามารถในการควบคุมตนเองในเด็กที่มีพฤติกรรมไม่อยู่นิ่ง ก้าวร้าว
3. ส่งเสริมการรับประทานอาหาร เช่น การดูด การกลืน
4. เตรียมความพร้อมการวิชาการต่างๆ เช่น ฝึกทักษะการเขียน ฝึกทักษะการอ่าน เป็นต้น เพื่อส่งเสริมการเรียนรู้และเรียนรู้
5. ฝึกกระตุ้นพัฒนาการด้านต่างๆ
6. ส่งเสริมการทักษะใช้มือในการหยิบจับในการทำกิจกรรม
8. การฝึกทักษะในการสื่อสาร เช่น การพูด การเข้าใจภาษา
9. ฝึกทักษะทางสังคม

10. การให้คำปรึกษาหรือคำแนะนำในการดูแลเด็กแก่ผู้ปกครอง

11. ประดิษฐ์ ดัดแปลงอุปกรณ์หรือเครื่องช่วย เพื่อให้เด็กสามารถทำกิจกรรมต่างๆได้ด้วยตนเอง

ทฤษฎีที่นักกิจกรรมบำบัดนิยมนำมาใช้ในการบำบัดเด็กที่มีความบกพร่อง คือ ทฤษฎีการบูรณาการประสาทรับความรู้สึก (sensory integration) โดยทฤษฎีนี้ผู้พัฒนา คือ ดร. แอนนา จิน แอร์ (Anna Jean Ayres) ซึ่งเป็นนักกิจกรรมบำบัดและนักจิตวิทยาการศึกษาชาวอเมริกัน ได้อธิบายว่า ระบบประสาทมีหน้าที่ในการรับความรู้สึกจากภายในร่างกาย และจากสิ่งแวดล้อม และนำความรู้สึกส่งไปที่สมอง เมื่อสมองมีการจัดการอย่างมีประสิทธิภาพ จะทำให้เกิดการแสดงออกทางพฤติกรรมที่เหมาะสม ได้แก่ การมีสมาธิ การมีการวางแผน ความสามารถในการควบคุมตนเอง ความเชื่อมั่นในตนเอง ความสามารถทางวิชาการ มีพฤติกรรมทางสังคมอารมณ์ได้อย่างเหมาะสมตามช่วงวัย และนำไปสู่การทำกิจกรรมการดำเนินชีวิตอย่างมีประสิทธิภาพ แต่ในทางตรงกันข้าม เมื่อเด็กไม่สามารถตอบสนองหรือมีการปรับตัวต่อการรับความรู้สึกที่ถูกต้องหรือมีความบกพร่องทางบูรณาการประสาทรับความรู้สึก ก็อาจจะทำให้เกิดพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม เช่น การอยู่ไม่นิ่ง การเคลื่อนไหวที่มีความบกพร่อง ไม่มองหน้าสบตา ไม่สนใจเมื่อเรียกชื่อ ซึ่งอาจส่งผลต่ออารมณ์ของเด็กด้วย โดยทฤษฎีการบูรณาการประสาทรับความรู้สึก เน้นการบูรณาการระบบประสาทสัมผัส 3 ระบบหลัก คือ ความรู้สึกกายสัมผัส (tactile sense) ความรู้สึกจากระบบการทรงท่า (vestibular sense) และความรู้สึกจากกล้ามเนื้อ เอ็น ข้อต่อ (proprioceptive sense)

ความบกพร่องทางบูรณาการประสาทรับความรู้สึก สามารถพบได้ในเด็กออทิสติก เด็กที่มีความบกพร่องทางภาษา เด็กบกพร่องทางสติปัญญา เด็กที่มีความบกพร่องทางการเรียนรู้ เด็กสมาธิสั้น หรืออาจจะพบได้ในเด็กปกติด้วยเช่นกัน

โดยบทความนี้จะกล่าวถึงความบกพร่องของระบบประสาทสัมผัส 3 ระบบซึ่งเป็นระบบประสาทรับความรู้สึกพื้นฐาน พร้อมทั้งแนวทางในการจัดกิจกรรมเพื่อให้ผู้ที่สนใจสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการจัดกิจกรรมแก่เด็กที่มีความบกพร่อง โดยมีรายละเอียด ดังนี้

1. **ระบบกายสัมผัส** เด็กที่มีความบกพร่องในระบบนี้จะไม่แสดงออกถึงความเจ็บปวด ไม่มีความระมัดระวังต่อการที่จะได้รับบาดเจ็บ บางคนมีลักษณะ ต่อด้าน หรือไว้วายต่อสัมผัสแผ่วเบา ไม่ชอบให้ใครมากอดหรือสัมผัสไม่ชอบเสื้อผ้าที่มีพื้นผิวหลากหลาย เป็นต้น

**แนวทางในการจัดกิจกรรมที่ช่วยส่งเสริมระบบกายสัมผัส**

- การถู การแตะตามส่วนต่างๆ ของร่างกาย โดยใช้วัสดุที่มีพื้นผิวแตกต่างกันไป เช่น โลชั่น แป้ง ฟองน้ำถูตัว ในบริเวณแขน ลำตัว โดยให้แรงกดที่มีน้ำหนักเหมาะสม
- กิจกรรมระบายสีด้วยนิ้วมือหรือฝ่ามือ (finger painting)
- การวาดรูปด้วยนิ้วมือลงบนแขน ขา ลำตัวของเด็ก
- การเล่นทราย การเล่นดินน้ำมัน
- การห่อตัวด้วยผ้าห่ม ฯลฯ

2. ระบบรับรู้ความรู้สึกจากกล้ามเนื้อ เอ็นและข้อต่อ เด็กที่มีความบกพร่องจะมีลักษณะ ดังนี้ เคลื่อนไหวร่างกายช้าและงุ่มง่าม หกล้มง่าย ไม่มีการเคลื่อนไหวร่างกาย เช่น นั่งอยู่กับที่นาน ๆ ชอบฟังเก้าอี้ บางคนมีการเคลื่อนไหวร่างกายตลอดเวลาโดยไม่มีเป้าหมายหรือมีภาวะไม่อยู่นิ่ง

#### แนวทางในการจัดกิจกรรมที่ช่วยส่งเสริมระบบรับรู้ความรู้สึกจาก กล้ามเนื้อ เอ็นและข้อต่อ

- กิจกรรมในลักษณะที่ต้องมีการลงน้ำหนักหรือมีแรงดึงที่ข้อต่อ
- กิจกรรมหัวของที่มีน้ำหนัก
- กิจกรรมปีนป่าย โหนเชือกหรือบาร์
- กิจกรรมโยนบอล ขว้างบอล
- กิจกรรมดึงลากสิ่งของที่มีน้ำหนัก
- การผลักการดันสิ่งของกับผนังหรือเพื่อน ฯลฯ

3. ระบบการทรงท่า ลักษณะของเด็กที่มีความบกพร่อง คือ ชอบกิจกรรมหรือการเคลื่อนไหวแบบ หมุน หรือแกว่งมากกว่าปกติ โดยไม่รู้สึกรเวียนหัว ในบางคนมีลักษณะตรงกันข้ามเมื่อทำกิจกรรม กิจกรรมการเคลื่อนไหวแบบหมุนแกว่ง โยกไปมาเพียงเล็กน้อย จะมีอาการคลื่นไส้ อาเจียน การทรงท่าไม่ดี หกล้มง่าย

#### แนวทางในการจัดกิจกรรมที่ช่วยส่งเสริมระบบการทรงท่า

- กิจกรรมที่ต้องมีการเคลื่อนไหวของศีรษะไปในทิศทางต่างๆ เช่น
- กิจกรรมการเล่นสะพานลื่น
- กิจกรรมเดินทรงตัวบนไม้กระดาน
- กิจกรรมโยกบอล
- การวิ่ง การตีลังกา
- กิจกรรมนั่งชิงช้า

จากบทความผู้เขียนได้อธิบายถึงบทบาทและหน้าที่ของนักกิจกรรมบำบัดในเด็ก ซึ่งเป็นวิชาชีพหนึ่งที่มีความสำคัญในการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมพัฒนาการเด็กให้เหมาะสมตามช่วงวัย รวมไปถึงความรู้เรื่อง ทฤษฎีการบูรณาการประสาทรับรู้ความรู้สึก ซึ่งเป็นทฤษฎีพื้นฐานในการดูแลเด็กของนักกิจกรรมบำบัด พร้อมกับแนวทางในการจัดกิจกรรมบูรณาการประสาทรับรู้ความรู้สึกที่ลดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ โดยผู้เขียนหวังว่าบทความนี้จะ เป็นประโยชน์ไม่มากนักน้อยแก่ครู บุคลากรทางการศึกษาและผู้สนใจเพื่อนำไปใช้เป็นแนวทางในการดูแลช่วยเหลือเด็กที่มีความบกพร่องเพื่อให้เด็กสามารถดำเนินชีวิตร่วมกับผู้คนในสังคมได้อย่างมีความสุข

## เอกสารอ้างอิง

ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา. (2562). กิจกรรมบำบัด. [Online]. Available URL: <http://www.happyhome-clinic.com/occupationaltherapy.htm>

สำนักสถานพยาบาลและการประกอบโรคศิลปะ กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข. (2547). *แนวทางปฏิบัติทางคลินิกกิจกรรมบำบัดสำหรับบุคคลออทิสติกสเปกตรัม*. กรุงเทพฯ ฯ: บริษัท อาร์ตควอลิไฟต์ จำกัด.

ผ.ศ.ดร.สุภาพร ชินชัย. (ม.ป.ป.). การกระตุ้นพัฒนาการเด็กตามกรอบอ้างอิง Sensory integration. เอกสารประกอบการเรียนวิชากิจกรรมบำบัดสำหรับเด็ก2.

วิจิตา เกศะรักษ์. (2558). *หลักการและแนวทางการปฏิบัติงานกิจกรรมบำบัดในสถานศึกษา*. เชียงใหม่: โรงพิมพ์จรัสสุรกิจการพิมพ์.