

## การฝึกพูดเบื้องต้น

นายณัฐพงศ์ อินทร์เทพ ครูชำนาญการ  
นางสาวสุรดา อินพิทักษ์ ครูผู้ช่วย  
ศูนย์การศึกษาพิเศษ เขตการศึกษา ๗ จังหวัดพิษณุโลก

### ส่วนที่ ๑ ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับการฝึกพูด

#### พัฒนาการทางภาษาและการพูด

เป็นการเรียนรู้การเข้าใจคำพูดของผู้อื่น โดยเริ่มจากการเข้าใจคำศัพท์ประเภทต่างๆ เด็กจะสะสมความเข้าใจคำศัพท์อยู่ระยะหนึ่ง ก่อนที่จะใช้คำศัพท์เหล่านี้ในการพูดสื่อภาษากับผู้อื่น คำศัพท์ที่เด็กเรียนรู้ประกอบด้วย คำนาม ที่ใช้เรียกชื่อคน สัตว์ สิ่งของ อวัยวะร่างกาย ชื่อพืช ผัก ผลไม้ และอาหาร ชื่อสี คำบอกความรู้สึก สัมผัส บอกสถานที่ ทิศทาง เวลา ขนาด จำนวน ระยะทาง กิริยาอาการ คำวิเศษณ์ คำบุพบท และคำสันธาน เด็กปกติเรียนรู้คำนามได้ก่อนคำประเภทอื่น แต่เมื่ออายุมากขึ้น อัตราการเรียนรู้คำนามลดลง จะเรียนรู้คำประเภทอื่นแทน ได้แก่ คำกิริยา คำบุพบท คำวิเศษณ์ และคำสันธาน ด้านจำนวนคำศัพท์ที่เด็กรู้ที่มีจำนวนเพิ่มขึ้นจากจำนวนที่รู้จักเพียงแค่ ๑๐ คำ เมื่ออายุ ๑ ปี กลายเป็นเกือบ ๒,๐๐๐ คำ เมื่ออายุ ๔ ปี ในช่วงอายุ ๒ - ๔ ปี เด็กจะมีพัฒนาการด้านการเรียนรู้คำศัพท์ที่รวดเร็วมาก และมีอัตราการพัฒนาการสูงกว่าในช่วงอายุอื่นๆ

#### ปัญหาพูดช้า

เด็กพูดช้า	เป็นเด็กที่มีพัฒนาการด้านภาษาและการพูดไม่เป็นไปตามอายุ
ลักษณะของเด็กพูดช้า	มักไม่ค่อยเข้าใจคำพูดของผู้อื่น เริ่มพูดคำแรกได้ช้ากว่าเด็กในวัยเดียวกัน เมื่อพูดได้มักพูดไม่สมอายุ
สังเกตจาก	- อายุ ๑ ขวบ แล้วยังพูดเป็นคำๆ ไม่ได้ - อายุ ๒ ขวบ แล้วยังไม่รู้จักฟังคำสั่ง และทำตามคำสั่งไม่ได้ พูดเป็นคำๆ ได้ไม่ถึง ๑๐ คำ คำที่พูดได้เป็นคำพยางค์เดียว - อายุ ๓ ขวบ แล้วยังพูดเป็นประโยคไม่ได้ ไม่รู้จักถามคำถามหรือตอบคำถามไม่ได้

#### สาเหตุที่ทำให้เด็กพูดช้า

๑. การได้ยินผิดปกติ เช่น หูตึง หูหนวก เด็กจะมีปัญหาด้านการรับรู้ และเลียนแบบการพูด เนื่องจากหูไม่ได้ยินคำพูดของผู้อื่นอย่างชัดเจน และทำให้เรียนรู้คำศัพท์ได้จำกัด
๒. สมองพิการ เป็นเด็กที่มีความผิดปกติในสมองส่วนที่ทำหน้าที่ควบคุมเกี่ยวกับการพูด
๓. ปัญญาอ่อน เป็นเด็กที่มีพัฒนาการทุกด้านล่าช้า รวมทั้งด้านภาษาและการพูดด้วย เด็กปัญญาอ่อนเริ่มพูดช้าเพียงใด ขึ้นอยู่กับระดับสติปัญญาของเด็ก ถ้าสติปัญญาล่าช้ามากอาจจะพูดไม่ได้
๔. ปัญหาทางอารมณ์และจิตใจ พบในเด็กที่ขาดความอบอุ่นจากครอบครัว เช่น เด็กที่อยู่ตามสถานเลี้ยงเด็กกำพร้า เด็กที่เจ็บป่วยและต้องอยู่โรงพยาบาลนานๆ เด็กที่ได้รับการตามใจมากเกินไป นอกจากนี้ยังรวมถึงเด็กที่เป็นโรคจิต

๕. สภาพแวดล้อมไม่ส่งเสริมการพูด พบได้ในเด็กที่พี่เลี้ยงไม่ช่างพูด ไม่สอนให้เด็กพูด เด็กที่ถูกปล่อยให้ดูโทรทัศน์นานจนเกินไป เด็กที่พ่อแม่พูดกันหลายภาษา

๖. เด็กออทิสติก เป็นเด็กที่มีปัญหาทางด้านปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น เหมือนอยู่ในโลกส่วนตัวของตนเอง ไม่สบตาผู้อื่น มีปัญหาทางด้านภาษา เช่น ไม่พูดเลย หรือพูดภาษาที่ผู้อื่นฟังไม่เข้าใจ

### เกณฑ์พิจารณาความล่าช้าทางภาษาและการพูด

๑. อายุที่เริ่มต้นพูด เด็กอายุระหว่าง ๑ ขวบ ถึง ๑ ขวบครึ่ง ยังไม่เปล่งเสียงเป็นคำ เป็นเด็กที่มีความโน้มน้าวใจที่จะพูดช้า ถ้า ๒ ขวบ แล้วยังไม่พูดถือว่าพูดช้าผิดปกติอย่างแน่นอน

๒. จำนวนคำศัพท์ที่เด็กรู้จัก อายุ ๑ ปี เข้าใจคำพูดได้ไม่ถึง ๑๐ คำ อายุ ๒ ปี รู้จักและพูดได้ประมาณ ๒๐๐ คำ และอายุ ๓ ปี คำศัพท์ที่รู้จักและพูดได้เพิ่มขึ้นเป็น ๙๐๐ คำ ถ้ารู้จำนวนคำศัพท์น้อยกว่านี้เป็นข้อบ่งชี้เด็กพูดช้าอย่างผิดปกติ

๓. ประเภทของคำศัพท์ที่เด็กรู้จัก ตั้งแต่ ๑ ขวบขึ้นไป เด็กเริ่มรู้จักคำนามที่เรียกชื่อสิ่งต่างๆ รอบตัว แต่เมื่ออายุมากขึ้นเป็น ๒-๓ ขวบ เด็กก็เข้าใจและพูดคำศัพท์หลากหลาย ได้แก่ ชื่อคน สัตว์ สิ่งของ อวัยวะของร่างกาย ชื่อพืชผัก ผลไม้ และอาหาร ชื่อสี คำที่บอกความรู้สึกสัมผัส สถานที่ ทิศทาง เวลา ขนาด จำนวน ระยะทาง ดังนั้น ถ้าเด็กรายใดเข้าใจและพูดคำศัพท์ได้เฉพาะบางประเภทและรู้จักคำศัพท์น้อย แสดงว่าเด็กมีการพูดช้าผิดปกติ

### การฝึกพูด

การฝึกพูดในเด็กที่พูดช้า ดำเนินไปร่วมกับการรักษาสาเหตุที่ทำให้เด็กพูดช้า เช่น เด็กที่พูดช้าเนื่องจากมีการได้ยินผิดปกติ ก็ต้องได้รับการใส่เครื่องช่วยฟังเพื่อให้เด็กได้ยินดีขึ้น แล้วจึงสอนพูด ถ้าเด็กมีความผิดปกติทางระบบประสาทก็ต้องได้รับการรักษาทางระบบประสาทร่วมด้วย ส่วนพวกที่มีปัญหาทางอารมณ์บางรายต้องการการรักษาจากทางจิตเวชกรรมร่วมด้วย มีเด็กพูดช้าจำนวนไม่น้อยที่มีสาเหตุหลายอย่างร่วมกัน เช่น สมรรถภาพการได้ยิน ปัญญาอ่อน ฯลฯ ซึ่งในเด็กกลุ่มนี้การฝึกพูดมักจะทำได้ลำบากและได้ผลน้อย

วิธีการแก้ไขทางด้านการพูดนั้นในเรื่องการส่งเสริมพัฒนาการทางภาษาและการพูดให้เร็วที่สุด โดยใช้หลักการเรียนรู้และพัฒนาการทางการพูดของเด็กปกติเป็นแนวทาง บิดา มารดา และผู้ที่อยู่ใกล้ชิดกับเด็กเป็นบุคคลที่มีความสำคัญอย่างมากในการสอนพูดเด็กเหล่านี้ ต้องแสดงให้เห็นความสำคัญของการพูดกระตุ้นให้เด็กสนใจการพูด โดยใช้กิจกรรมที่ส่งเสริมให้เด็กได้เรียนรู้การพูด ได้แก่ การกระตุ้นด้วยของเล่นที่มีเสียง การพูดคุยกับเด็กเกี่ยวกับสิ่งต่างๆ ในชีวิตประจำวัน สอนให้เด็กเรียกชื่อคนที่คุ้นเคย ชื่ออวัยวะของร่างกาย ร้องเพลงกล่อมเด็ก ทำท่าประกอบเพลง เล่นนิทานจากภาพ ฯลฯ เด็กที่พูดช้าต้องได้รับการกระตุ้นอย่างต่อเนื่อง และกระทำอย่างสม่ำเสมอเพื่อให้การฝึกพูดได้ผลดี

### หลักในการสอนพูด

๑. คำนี้ถึงอารมณ์ และความพร้อมของเด็ก ในการสอนพูด อารมณ์และความพร้อมของเด็กเป็นสิ่งสำคัญที่ต้องคำนึงถึงเป็นอย่างมาก ถ้าเด็กหงุดหงิดอารมณ์เสีย หรือร้องไห้ เด็กก็ไม่พร้อมที่จะรับการเรียนรู้ในเรื่องใดๆ

**๒. สอนความเข้าใจ ก่อนสอนการพูด** ในการสอนคำศัพท์ต่างๆ พึงระลึกไว้ว่าความเข้าใจต้องมาก่อนเสมอ ซึ่งจะทราบว่าเด็กเข้าใจคำศัพท์ที่เราสอนได้จากการสังเกตว่า เด็กมองดู ชี้นิ้ว หรือแสดงท่าทางตามที่บอกได้จากนั้นจึงสอนให้พูดคำศัพท์นั้นๆ

**๓. ให้โอกาสเด็กได้เปล่งเสียงออกมาบ้าง** ขณะที่พูดกับเด็ก ผู้สอนควรเว้นระยะให้เด็กตอบบ้าง เพื่อให้เด็กได้มีโอกาสคิดที่จะออกเสียง อย่ารีบเร่งเด็กพูด และแม้ว่าเด็กจะออกเสียงไม่เป็นคำ พยายามเดาว่าเด็กพูดอะไร และพูดตอบในเรื่องนั้น เพื่อให้เด็กเกิดความมั่นใจในการเปล่งเสียง ในกรณีที่เด็กเริ่มแสดงอาการเบื่อหน่าย ควรหยุดการฝึกไว้ก่อนเพราะถ้าเราให้เด็กออกเสียงมากเกินไป จะทำให้เด็กไม่ต้องการส่งเสียงกับเราในครั้งต่อไป

**๔. สอนพูดคำเดียว และเลือกคำที่ออกเสียงได้ง่ายก่อน** ในการสอนพูดควรเริ่มจากการสอนคำเดียวๆ และมองเห็นรูปปากได้ชัดเจน เพื่อให้เด็กสามารถมองเห็น และเลียนแบบได้ จะช่วยให้ออกเสียงได้ง่ายขึ้น เช่น คำที่ขึ้นต้นด้วยเสียงพยัญชนะ

ม	ได้แก่	แม่	ม้า	หมา
ป	ได้แก่	ปู่	ปลา	ปาก
ว	ได้แก่	วัว	หวี	เป็นต้น

**๕. สอนเด็กให้พูดโดยใช้คำนามที่มองเห็นเป็นรูปธรรม** จดจำได้ง่าย ค้นเคยและอยู่ใกล้ตัวเด็ก จะทำให้เด็กรับรู้ เข้าใจ และเรียนรู้ได้ดี ต่อมาจึงสอนให้พูดคำกริยาต่างๆ พร้อมทั้งสอนให้เด็กปฏิบัติตามไปด้วย รวมทั้งสอนรวมไปกับการทำกิจวัตรในชีวิตประจำวัน เพื่อให้เด็กสามารถเชื่อมโยงคำกับประสบการณ์และนำไปใช้ในเหตุการณ์จริงได้ต่อไป

## เทคนิคการช่วยเหลือในการฝึก

เทคนิคการช่วยเหลือในการฝึก มีขั้นตอนเรียงลำดับจากง่ายไปยาก ดังนี้

### ๑. ช่วยจับทำ

เมื่อสั่งให้เด็กทำกิจกรรมใดๆ ก็ตาม ถ้าเด็กไม่แสดงการรับรู้ หรือปฏิบัติตามคำสั่งไม่ได้ ให้จับมือเด็กทำกิจกรรมนั้นซ้ำ พร้อมทั้งพูดบอกเป็นระยะเพื่อเป็นการช่วยให้เด็กเกิดการเรียนรู้และเข้าใจ สามารถทำตามคำสั่งหรือคำพูด

### ๒. แตะนำ

เป็นการลดความช่วยเหลือจากการช่วยจับทำลง โดยแตะหลังมือ ข้อมือหรือข้อศอก เพื่อให้เด็กได้มีโอกาสทำกิจกรรมด้วยตนเองในขั้นตอนสุดท้าย

### ๓. เลียนแบบ

เป็นการลดความช่วยเหลือลงจากการแตะนำ โดยทำให้เด็กดู แล้วให้เด็กทำตาม เพื่อสอนให้เด็กเรียนรู้ถึงการเลียนแบบ ตั้งแต่การเคลื่อนไหวร่างกายที่เห็นได้ชัดเจน ไปจนถึงการเลียนแบบการพูดต่อไป

### ๔. ทำตามคำสั่ง

เป็นความสามารถของเด็กในการเข้าใจ และปฏิบัติตามคำสั่งได้โดยไม่ต้องใช้การช่วยเหลือใดๆ ซึ่งแสดงว่าเด็กเข้าใจความหมายของคำพูดและพร้อมที่จะฝึกการเปล่งเสียงพูดที่มีความหมายต่อไป

## ส่วนที่ ๒ วิธีการฝึกพูด

### การเตรียมความพร้อม

#### ๑. การเตรียมความพร้อมทักษะพื้นฐาน

๑.๑ การมอง เพื่อฝึกการมองอย่างมีเป้าหมาย และการมองสบตา

๑.๒ การฟังเข้าใจภาษา เพื่อฝึกการฟังเข้าใจภาษา และทำตามคำสั่งง่ายๆ

#### ๒. การเตรียมความพร้อมก่อนสอนพูด

๒.๑ การเป่าลม เพื่อให้รู้จักการกักและเป่าลมออกจากปาก

๒.๒ การบริหารอวัยวะที่ใช้ในการพูด

๒.๒.๑ การเคลื่อนไหวริมฝีปาก

๒.๒.๒ การเคลื่อนไหวลิ้น

๒.๓. การเล่นเสียงที่ไม่มีความหมาย เพื่อให้เด็กเรียนรู้การเปล่งเสียง

๒.๔. การเลียนเสียงที่ไม่ใช่คำพูด เพื่อให้เด็กเรียนรู้การเปล่งเสียง

๒.๕. การเลียนเสียงพูด ฝึกการออกเสียงสระ และพยัญชนะที่ไม่มี ความหมาย

### การสอนภาษา

#### ๑. การรู้จักคำนาม

๑.๑ หมวดอวัยวะ

๑.๒ หมวดบุคคล

๑.๓ หมวดสัตว์

๑.๔ หมวดสิ่งของ

๑.๕ หมวดผลไม้

๒. การรู้จักคำกริยา เพื่อให้เด็กเข้าใจคำกริยา และสามารถแสดงกริยาได้ตามคำสั่ง

### การสอนพูด

#### ๑. การพูดคำนาม

๑.๑ หมวดอวัยวะ

๑.๒ หมวดบุคคล

๑.๓ หมวดสัตว์

๑.๔ หมวดสิ่งของ

๑.๕ หมวดผลไม้

๒. การพูดคำกริยา เพื่อให้เด็กพูดคำกริยาได้ถูกต้อง

๓. การพูดเป็นวลีหรือประโยค เพื่อให้เด็กสามารถพูดเป็นวลี หรือประโยคสั้นๆ ได้