

การเลือกเป็นไปบ้างโอกาส

ความหมาย

การเลือกเป็นไปบ้างโอกาส (Selective Mutism) หมายถึง การที่บุคคลไม่พูด หรือพูดไม่ได้ในบางสถานการณ์ บางเวลา หรือบางสถานที่ ทั้งที่มีความสามารถในการพูดและการเข้าใจภาษาในสถานการณ์อื่น

ความเป็นมา

ชื่อเดิมของการเลือกเป็นไปบ้างโอกาส คือ “elective mutism” อาการเลือกเป็นไปบ้างโอกาส มักพบในเด็กเล็ก เมื่อเริ่มเข้าเรียน โดยปกติเด็กที่เติบโตอย่างอบอุ่นในครอบครัว จะมีพัฒนาการทางภาษาตามปกติ สามารถสื่อสารได้ เข้าใจการพูดของผู้อื่น และบอกความต้องการของตนเองได้ แต่เมื่อต้องไปอยู่ในสถานการณ์ที่แปลกใหม่ ซึ่งทำให้รู้สึกไม่ปลอดภัยต้องอยู่ท่ามกลางคนแปลกหน้า หรือต้องอยู่ในบางสถานที่ที่เด็กรู้สึกกลัว เครียด เด็กจะมีพฤติกรรมถดถอยจากความวิตกกังวลจนไม่พูด ไม่ได้ตอบ จมอยู่ในความเงียบ แม้บางครั้งจะพยายามพูด ก็ไม่มีเสียง ทำให้ผู้พบเห็นเข้าใจผิดว่าเด็กเป็นใบ้ แต่เมื่อพ้นจากสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความเครียดแล้ว เด็กก็พูดสื่อสารได้ตามปกติ ลักษณะการพูดไม่ได้ พูดไม่ออก หรือไม่พูดนี้เป็นกลไกการทำงานตามธรรมชาติที่ไม่ได้อยู่ในอำนาจของจิตอย่างผิดปกติ ในปี ค.ศ. 1994 ชื่อที่เรียกเปลี่ยนเป็น ‘selective mutism’ ซึ่งหมายถึงการเลือกเป็นไปบ้างโอกาส หรือ เป็นใบ้เลือกโอกาส

อย่างไรก็ดี ลักษณะเช่นนี้ บางครั้งก็เกิดต่อเนื่องเป็นเวลานาน โดยเฉพาะเมื่อเด็กต้องการไปโรงเรียน ครูและเพื่อน ๆ จะไม่เข้าใจพฤติกรรมที่ไม่พูด และทำให้สัมพันธ์ภาพในการดำรงชีวิตประจำวัน ในโรงเรียนมีปัญหา

ความเข้าใจผิดของสังคม และแม้แต่ในกลุ่มนักจิตวิทยายังคงมีอยู่และสะท้อนให้เห็น จากการรายงานในปี ค.ศ. 2005 มีผู้พยายามอธิบายว่า การไม่พูดนั้น เป็นความตั้งใจที่เกิดขึ้นในภาวะวิกฤต ภาวะการเกิดเป็นไปบ้างโอกาสไม่มีความแน่นอน เพราะบางครั้ง คนทั่วไปก็วิตกกังวลและสรุปเอาเองจากการสังเกตพฤติกรรมของคนที่เคยเห็นคนที่มีลักษณะเช่นนั้น จะพบราว 1 ใน 1,000 อย่างไรก็ตาม จากการศึกษาวิจัย ใน ค.ศ. 2002 ที่พิทสเบิร์ก จากวารสารชื่อ ‘The Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychology’ พบว่า มีปริมาณ ของอุบัติการณ์เพิ่มขึ้นเป็น 7 ใน 1,000

พ่อแม่ผู้ปกครองที่มีบุตรหลานซึ่งมีพฤติกรรมของการเลือกเป็นไปบ้างโอกาส ได้รวมตัวกันก่อตั้ง ชมรม หรือ สมาคม เพื่อพบปะพูดคุยหาวิธีการจัดการกับปัญหานี้ ตัวอย่างเช่น SMIRA (Selective Mutism Information and Research Association ในสหราชอาณาจักร (UK) หรือ SMGCAN (Selective Mutism Group Childhood Anxiety) ที่นิวยอร์ก ประเทศสหรัฐอเมริกา และ Smart Center (Selective Mutism Anxiety Research and Treatment Center) และ The Selectively Silent Children Information regarding Selective Mutism and

the Selectively child Support Group of Toronto
ที่ประเทศแคนาดา ฯลฯ เป็นต้น

สำหรับประเทศไทยยังไม่เคยปรากฏองค์กร
เหล่านี้อย่างเป็นทางการ เด็กที่มีลักษณะเช่นนี้ มีอยู่
ในสังคมโดยเฉพาะในช่วงชั้นอนุบาลและประถมต้น
แต่มักคิดกันว่าปัญหานี้จะผ่านไปได้ จากการเอาใจใส่
ใกล้ชิดของครู มีบ้างที่อาการนี้เป็นไปอย่างยาวนาน
จนผู้ปกครองจะต้องพาไปรับบริการทางการแพทย์
และครูการศึกษาพิเศษที่เข้าใจเด็กประเภทนี้

ลักษณะของเด็กที่เลือกเป็นไปบางโอกาส

เด็กที่ไม่พูดหรือเลือกที่จะไม่พูดในบางครั้ง
จนถึงขั้นที่เรียกว่า เลือกเป็นไปบางโอกาสนั้น มี
พฤติกรรม ที่สังเกตได้จากการไม่เต็มใจที่จะพูดกับคน
อื่นที่ไม่ใช่คนในครอบครัวหรือคนคุ้นเคยทั้งไม่พูดกับ
คนในครอบครัว เมื่อมีคนแปลกหน้าสังเกตอยู่ บาง
กรณี เด็กจะไม่พูดเลยในบางสถานการณ์ เช่น ที่โรงเรียน
ทำให้มีปัญหาในการเข้าสังคมกับเพื่อน ๆ และปัญหา
ด้านการเรียน การไม่พูดนี้จะมีระยะเวลาต่อเนื่องยาว
นานอย่างน้อย ๖ เดือนขึ้นไป โดยไม่จำกัดว่าจะต้อง
เป็นเดือนแรกของการไปโรงเรียน การไม่พูดนี้ไม่เกี่ยว
กับการขาดความรู้หรือไม่สามารถใช้ภาษาพูด นอกจากนี้
นี้ การไม่พูดนี้ไม่เกี่ยวกับปัญหาความผิดปกติใน
การสื่อสาร เช่น การติดอ่าง และไม่ได้เกิดจากความ
ผิดปกติของพัฒนาการ จิตเภท หรือความผิดปกติทาง
จิตแบบอื่น ๆ

นอกจากนี้ยังมีลักษณะที่เป็นที่สังเกตได้ คือ
การไม่ค่อยสบตาหรือสบตาในช่วงเวลาสั้น ๆ ซ้ำบ่อย
หรือที่ขี้มึน และมีสีหน้าเรียบเฉย ไม่แสดงความรู้สึก
ยินดียินร้าย บางรายก็ตัวแข็งทื่อ การเคลื่อนไหว
งุ่มง่าม โดยเฉพาะเวลาที่มีความกังวล เสียงพูดจะเบา
และหายไป แม้แต่จะพูดคำง่าย ๆ ว่า สวัสดี บ้ายบาย

ขอบคุณ ก็ตาม และมักมีความกังวลกับเรื่องบางอย่าง
มากกว่าคนอื่น มีความรู้สึกไวต่อเสียง และการต้อง
อยู่ในกลุ่มชนหมู่มาก การแสดงออกทั้งการใช้และ
ไม่ใช้คำพูด มักมีข้อจำกัด อารมณ์เสื่อง่าย เมื่ออยู่ที่
บ้าน กลัวแม่แต่การเข้าห้องน้ำสาธารณะ มีพฤติกรรม
ติดผู้ใหญ่ ซ้ำบ่อยอย่างรุนแรง สร้างความเชื่อมั่นใน
สถานการณ์ใหม่ ๆ ได้ช้า มีที่ทำต้อดิ่ง แม่ในเรื่องเล็ก
น้อย ไม่ชอบการเปลี่ยนแปลง มักมีอาการฉุนเฉียว
ถ้าไม่ได้สิ่งที่ต้องการ และมักจู้จี้กับเรื่องอาหารและ
เสื้อผ้า ซึ่งเป็นลักษณะของการไม่ยืดหยุ่น

สาเหตุ

เด็กที่มีอาการของการเลือกเป็นไปบางโอกาส
ส่วนมากมักมีความวิตกกังวลเข้ามาเกี่ยว เด็กมักต้อง
เก็บกดความรู้สึก ซึ่งเป็นผลให้ เกิดการวิตกกังวลมาก
เกินไป

เด็กกลุ่มนี้บางคนมีลักษณะของความผิดปกติ
ในการทำงานร่วมกันของประสาทสัมผัส (Sensory
Integration Disorder : SID) ซึ่งเป็นสาเหตุให้เด็ก
มีความลำบากในกระบวนการจัดการกับข้อมูลที่ได้รับ
จากประสาทสัมผัส และเป็นเหตุให้เกิดอาการปิด
สนิท และพูดไม่ได้

ประมาณ 20-30 % ของเด็กที่มีอาการไม่พูด
หรือ เป็นไปบางสถานการณ์ จะมีอาการของความ
ผิดปกติด้านการพูด และภาษาร่วมด้วย ซึ่งยิ่งทำให้
เด็กเครียดมากยิ่งขึ้น เมื่ออยู่ในสถานการณ์ที่เด็กถูก
คาดหวังให้พูด ทำนองเดียวกัน เด็กบางคนมาจาก
ครอบครัวที่พูดสองภาษา มาอาศัยอยู่ในต่างประเทศ
หรืออาจต้องใช้ภาษาต่างประเทศเมื่อเยาว์วัย และ
ไม่มีความมั่นใจในการใช้ภาษาที่ถูกคาดหวังให้พูดใน
สถานการณ์ทั้งสองอย่าง เด็กจะมีอารมณ์ที่ต้องสะกด

กลั่นความรู้สึก จนเกิดความเครียด เป็นเหตุให้มีความลำบากในการใช้ภาษา เกิดความวิตกกังวล จนถึงขั้นที่ส่งผลกับการพูดจนกลายเป็นใบ้

ลักษณะการพูดไม่ได้ของเด็กในบางสถานการณ์นี้ไม่รวมถึงเด็กที่ถูกกระทำทารุณ ถูกทอดทิ้งหรืออยู่ในเหตุการณ์เลวร้ายรุนแรง แต่ก็ไม่อาจมองข้ามไปได้ เด็กที่เลือกเป็นใบ้ในบางโอกาสนั้น เกือบจะพูดบ้างในบางสถานการณ์ แม้ว่าลักษณะของการเป็นใบ้อาจเพิ่มขึ้นถึงจุดที่ไม่สามารถพูดได้ แต่เด็กที่อยู่ในภาวะเลวร้ายรุนแรงนั้น อาการเป็นใบ้จะเกิดขึ้นในทันทีทันใด และในทุกสถานการณ์

การช่วยเหลือ

การเลือกไม่พูดในบางสถานการณ์ของเด็กนั้นมีองค์ประกอบที่เป็นสาเหตุหลายอย่าง การช่วยเหลือจึงต้องวินิจฉัยสาเหตุให้ตรงจุด การรับคำปรึกษาจากนักวิชาการมืออาชีพ เช่น แพทย์ นักจิตวิทยา ครู จึงเป็นเรื่องสำคัญ เพราะจะทำให้เข้าใจถึงสาเหตุหลักว่ามาจากความวิตกกังวล ความเครียด ในเรื่องใด หรือเกี่ยวข้องกับความรู้ พัฒนาการทางภาษาที่ล่าช้า หรือมีปัญหาทางอารมณ์เข้ามาเกี่ยวข้อง

ในทัศนะของแพทย์และนักจิตวิทยา จะมองปัญหานี้ว่าเป็นเรื่องของความวิตกกังวล การให้การช่วยเหลือจึงอาจใช้ยาคลายเครียด หรือ การส่งเด็กไปฝึกพูด หากเด็กพูดไม่ชัด พูดติดอ่าง พูดไม่มีเสียง ทั้งนี้เพื่อให้เด็กก้าวข้ามปัญหานี้ไป เพราะถ้าปล่อยไว้ปัญหาจะยึดเยื้อจนโต จนถึงขั้นที่มีความบกพร่องในการสื่อสาร ส่งผลให้เกิดปัญหาทางการเรียน และอาจยึดเยื้อไปจนถึงวัยรุ่น อย่างไรก็ตาม วิทยุวิธีนี้มีผลข้างเคียงจึงต้องติดตามอย่างระมัดระวัง

เด็กที่มีอาการเลือกเป็นใบ้บางโอกาสนั้น ปัญหาที่เกิดขึ้นไม่ได้ขึ้นเองตามวัย หรือค่อย ๆ หายไปเองตามวันเวลา การช่วยเหลือแต่เนิ่น ๆ ให้ทันท่วงที่เป็นสิ่งสำคัญ ไม่เช่นนั้นแล้วพฤติกรรมนี้จะเปลี่ยนไปสู่การให้แรงเสริมตนเอง จากการที่คนรอบข้างรับรู้การไม่พูด แล้วช่วยพูดแทนโดยไม่คาดหวังจะได้ยินเขาพูดอีก จนทำให้การพูดเป็นเรื่องยาก

อย่างไรก็ดี การพยายามใช้วิธีบังคับให้พูดมักไม่ได้ผล กลับเป็นการเพิ่มความวิตกกังวล

เอียน บราวน์ (Ian Brown) ได้ให้ข้อเสนอแนะสำหรับครูที่ต้องการดูแลเด็กประเภทนี้ว่า เด็กกลุ่มนี้ส่วนมากอยากจะทำแต่กังวลว่าจะพูดผิด ครูจึงต้องช่วยเหลือแบบค่อยเป็นค่อยไป หากเด็กมีความก้าวหน้าขึ้นก็ควรให้กำลังใจ ให้เด็กรู้สึกปลอดภัย อบอุนใจ นอกจากนี้ ครูอาจช่วยเสริมขั้นตอนการจะสื่อความต้องการให้เด็กค่อย ๆ หัดพูด ช้า ๆ จากคำหรือวลีสั้น ๆ ง่าย ๆ จนเป็นประโยค

เด็กบางคน อาจอยากร้องเพลงร่วมกับเพื่อนมากกว่าที่จะพูด ครูก็ไม่ควรขัดขวาง ถ้าเด็กออกเสียงไม่ชัดหรือพูดผิดก็ไม่ควรตำหนิ ลงโทษ ควรทำบรรยากาศผ่อนคลาย อาจใช้เกมการเล่นหุ่นมือมาประกอบให้เด็กเพลิดเพลิน

การใช้เทปบันทึกเสียงหรือการบันทึกภาพ และเสียงของเด็กก็สามารถนำมาใช้เป็นตัวกระตุ้นให้เด็กได้ฟังเสียงของตนเอง แต่ครูไม่ควรให้เด็กคนอื่นฟังในชั้นต้น ควรให้ฟังเฉพาะเด็กกับพ่อแม่ จนเด็กคุ้นเคยและยินยอมให้คนอื่นฟัง และอาจมีการบันทึกเสียงการพูดในชั้นเรียนให้เด็กนำไปให้พ่อแม่ฟัง และบันทึกการพูดจากที่บ้านมาให้ครูฟัง เป็นต้น

การวางแผนเพื่อส่งต่อเด็กให้กับครูคนใหม่ เมื่อสิ้นปีการศึกษา ก็เป็นเรื่องจำเป็น เพื่อให้เด็กคุ้นเคยกับครูคนใหม่เท่า ๆ กับที่ครูคนใหม่จะเข้าใจเด็ก

พ่อแม่ควรมหาโอกาสให้เด็กได้พบปะสังสรรค์กับครอบครัว
อื่น เช่น การไปเที่ยวด้วยกันเป็นกลุ่ม มีโอกาสค้าง
คืนและใช้ชีวิตสนุกด้วยกัน

การเข้ากลุ่มแลกเปลี่ยนความรู้ จากครอบครัว
ที่ให้การช่วยเหลือกันเอง จะทำให้พ่อแม่คลายเครียด

และมองเห็นทางช่วยเหลือลูกได้มากขึ้นในต่างประเทศ
มักมีกิจกรรมทำนองนี้ และยินดีให้คำแนะนำ เช่น
'The Selective Mutism Foundation' ซึ่งสามารถ
ขอเอกสารได้ที่ Sue Newman Leszeznk, Box
450632, Sunrise Florida 33345

ศรียา นิยมธรรม

บรรณานุกรม

- Brown, Ian (2008) **Selective Mutism : Suggestion for Teacher**, MS World.
Johnson M & Wintgens, A (2001) **The Selective Mutism Manual**. Bicesrster : Spuchmark.
S Mart Center (2008) **What is Selective Mutism**.
WHO ICD-10 (2008) **Mental and Behavior Disorder** (p. 290-319).
<http://www.acposb.on.ca/mutism.html>