

บทที่ 1



บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัจจุบันมีเด็กเป็นจำนวนมากที่เป็นโรคเรื้อรังของระบบต่าง ๆ ของร่างกาย เป็นคนว่าโรคปอด โรคเลือด โรคสมองและระบบประสาท โรคกระดูก และกล้ามเนื้ออัมมีสาเหตุต่าง ๆ มากมาย ทำให้ต้องเข้ารับการรักษาอยู่ในโรงพยาบาลเป็นเวลานาน ๆ ยังมีโรคบางชนิดแม้ว่าจะต้องใช้เวลารักษานาน แต่ไม่สามารถรักษาให้หายขาดได้ เช่น มะเร็ง โรคเบาหวาน โรคหัวใจ บางอย่าง โรคไตชนิดเรื้อรังและร้ายแรง โรคหนังตาตกเนื่องจากกล้ามเนื้ออ่อนแรงแต่กำเนิด (myasthenia gravis) เมื่อเด็กป่วยด้วยโรคเรื้อรังเหล่านี้ต้องอยู่ในโรงพยาบาลเป็นเวลานาน เด็กต้องถูกจำกัดเสรีภาพ จำกัดการเคลื่อนไหว จำกัดประเภทอาหาร จำกัดขอบเขตของสิ่งแวดล้อมซึ่งไม่เจริญตาเจริญใจอยู่แล้ว ซ้ำยังขาดแรงจูงใจและแรงกระตุ้นนอกเหนือจากความกลัว ความเจ็บปวดและความต้องตกอยู่ในภาวะจำยอม ซึ่งจะทำให้เด็กรู้สึกเบื่อหน่าย หงุดหงิด บางครั้งก็มีปฏิกิริยาต่อต้านการรักษา ไม่ให้ความร่วมมือกับการรักษาของแพทย์ ไม่รับประทานยาตามแพทย์สั่ง เด็กบางคนจะมีพฤติกรรมถดถอยไปสู่พัฒนาการในวัยต้น ๆ เช่น มีพฤติกรรมเหมือนทารก เพื่อต้องการการดูแลเอาใจใส่จากคนอื่น บางคนอาจมีปัญหาเกี่ยวกับการนอน เช่น นอนไม่หลับ นอนหลับ ๆ ตื่น ๆ นอกจากนี้เด็กอาจจะเกิดความหวาดหวั่น หงุดหงิด และวิตกกังวลต่ออาการต่าง ๆ ที่ตนเป็น หรือวิตกกังวลต่อสิ่งต่าง ๆ ที่ยังไม่ถึงโดยคิดฝันไปเองว่าต่อไปตัวเองจะมีอาการเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ ซึ่งบางครั้งก็ทำให้เกิดความเศร้า เจ็บขมริมน แยกตัวเองไม่ยิ้มแย้มแจ่มใส ไม่ค่อยพูดคุยกับผู้อื่น โดยเฉพาะเด็กบางคนเมื่อรู้ว่าตนเป็นโรคที่ไม่สามารถจะรักษาให้หายได้ก็จะรู้สึกสิ้นหวัง เศร้าซึม เจ็บขมริมน แยกตัวไปสร้างจินตนาการ มีโลกของตัวเอง ไม่ยอม

เข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ถ้าเด็กมีปฏิริยารุนแรงมากขึ้นอาจจะถึงขั้นพยายามทำร้ายตัวเอง และฆ่าตัวตายได้ (พยอม อิงคตานุวัฒน์ 2521 : 14-16) โดยเฉพาะเด็กในช่วงอายุ 6-10 ปี จะค้นตระหนกต่อประสบการณ์ต่าง ๆ ในโรงพยาบาลมีความวิตกกังวลเกี่ยวกับอาการเจ็บป่วย เกี่ยวกับเพศ และคิดฝันว่าต่อไปตัวเองจะมีสภาพร่างกายที่พิการ (Yarrow Cited in Hoffman and Hoffman, eds., 1964 : 113) นอกจากนี้ผลจากการหมกมุ่น หรือ วิตกกังวลยังทำให้การรับรู้ในสิ่งต่าง ๆ ไม่ดี สมาธิเสีย ความจำไม่ดี ความคิดต่าง ๆ ไม่ปะติดปะต่อกัน การตัดสินใจไม่ดี การตอบสนองต่อสิ่งต่าง ๆ ไม่ดี มีความเอาใจใส่ต่องานที่ให้ทำต่ำ วอกแวก และมีช่วงความสนใจในการทำงานที่มอบหมายต่ำ ทำให้ความสามารถในการเรียนรู้ลดลง บางคนก็แสดงออกถึงพฤติกรรมต่อต้านสังคม (สุวนีย์ ตันติพัฒนานันต์ 2522 : 121-134 : Kennedy 1971 : 397-398, Quoting Castaneda, Palermo, Mc Candless and Sarason et al.; Prugh Eckhardt, in Kaplan, Freedman and Sadock, eds. 1980 : 2769 ; Rogers 1977 : 226, Quoting Bruch)

ถ้าเด็กเหล่านี้ได้รับการดูแลเอาใจใส่ทั้งในด้านร่างกายและจิตใจ ได้รับความอบอุ่นทางจิตใจ ได้พูดคุยระบายความรู้สึกและอารมณ์ต่าง ๆ เช่น พูดถึงสิ่งที่เขากลัว พูดถึงเรื่องที่เขาหมกมุ่น วิตกกังวลอยู่นั้นออกมา ก็จะเป็นวิธีหนึ่งที่จะช่วยให้เด็กได้คลายความตึงเครียด ทำให้การคิดและความเข้าใจในเรื่องต่าง ๆ ก็ดีขึ้น เด็กจะค่อย ๆ ยอมรับสภาพและปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมได้ดีขึ้น ใช้ชีวิตอยู่ในโลกนี้ได้อย่างมีความสุขมากขึ้น (วิทยาลัยพยาบาลกรุงเทพ 2520 : 37-39)

จะเห็นได้ว่า เด็กที่ป่วยเรื้อรังนั้นนอกจากจะต้องประสบกับปัญหาทางด้านสุขภาพกายแล้ว เด็กเหล่านั้นยังต้องประสบกับปัญหาด้านสุขภาพจิตอีกด้วย ถ้าเด็กมีสุขภาพจิตดีแล้วจะ เป็นส่วนหนึ่งช่วยในการรักษาได้อย่างดี และการที่จะช่วยให้เด็กมีสุขภาพจิตที่ดีได้นั้น ก็โดยการใช้จิตบำบัดด้วยการเล่น กล่าวคือ ให้เด็กได้เล่น ได้ระบายความรู้สึกต่าง ๆ ความตึงเครียด ความกลัว หรือความ

วิกฤตกังวลต่าง ๆ ออกมา พร้อมกับที่เด็กได้รับความอบอุ่น รู้สึกว่ามีคนเข้าใจเขา ยอมรับในตัวเขา เหล่านี้จะช่วยให้เด็กเกิดความเข้าใจ และเกิดการยอมรับในสภาพของตนเองและสภาพแวดล้อมดีขึ้น เมื่อเด็กมีสุขภาพจิตดีขึ้น เด็กก็พร้อมที่จะเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ มากขึ้น มีสมาธิและความจำดีขึ้น ไม่วอกแวก เด็กจะมีช่วงความสนใจในการทำงานนานขึ้น สามารถทำกิจกรรมต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น ซึ่งจะทำให้เด็กรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า สามารถอยู่รวมในสังคมได้อย่างมีความสุข

แนวคิดเกี่ยวกับการเล่น

การเล่นเป็นกิจกรรมที่สำคัญมากสำหรับเด็ก เพราะเป็นสิ่งที่ช่วยให้เด็กได้รับความสนุกสนาน เพลิดเพลิน เด็กสามารถสร้างจินตนาการต่าง ๆ ในขณะที่เล่น นอกจากนั้นยังสามารถแสดงอารมณ์หรือระบายความเครียดต่าง ๆ ออกมาด้วยการเล่นได้ด้วย หน้าที่เกี่ยวข้องกับเด็กจึงสมควรจัดของเล่นหรืออุปกรณ์ต่าง ๆ ที่เด็กสามารถนำมาเปลี่ยนแปลงหรือนำมาประกอบได้หลายรูปแบบ ของเล่นหรืออุปกรณ์ต่าง ๆ ที่จัดให้ควรจัดให้เหมาะสมกับความต้องการของเด็กแต่ละคน และเปิดโอกาสให้เด็กมีอิสระในการเล่นของเล่นหรืออุปกรณ์ต่าง ๆ เหล่านั้น ทั้งนี้เนื่องจากเด็กแต่ละคนมีความต้องการแตกต่างกันไปเป็นเฉพาะของคนและมีพัฒนาการตามแบบอย่างของตนเอง เมื่อเด็กมีอิสระในการเล่นอย่างเต็มที่ประกอบกับการที่เด็กมีความอยากรู้อยากเห็นซึ่งเป็นธรรมชาติของเด็กก็จะทำให้เด็กเกิดการค้นคว้า ลองผิดลองถูก และทดสอบในสิ่งที่เขาสงสัย อันเป็นหนทางหนึ่งนำไปสู่การค้นพบเหตุผล นอกจากนี้การเล่นยังทำให้เด็กรู้จักแก้ไขปัญหาที่เด็กพบในขณะที่เล่น รู้จักรับผิดชอบ และรู้จักปรับตัวในการเล่นกับผู้อื่น (นิรมล ชยุตสาหกิจ 2524 : 1 ; ประภาพรพรหม สุวรรณสุข 2525 : 120-123 ; ประสิทธิ์ หารินสุต 2524 : 40-41 ; ศรีสมวงศ วรรณศิลป์ 2520 : 1-2)

อนึ่งในการเล่นเด็กแต่ละคนจะมีลักษณะของการเล่นไม่เหมือนกัน ซึ่งลักษณะการเล่นของเด็กจะขึ้นอยู่กับ อายุ สุขภาพ ความเจริญเติบโตของเด็ก

สติปัญญาความสามารถ เพศ สิ่งแวดล้อม ฐานะทางเศรษฐกิจ และเวลา ซึ่งสามารถแบ่งลักษณะการเล่นของเด็กออกได้อย่างกว้าง ๆ ดังนี้

1. การเล่นเลียนแบบชีวิตจริง (Imitation Play) คือ การเล่นสมมติบทบาทโดยเลียนแบบสิ่งที่เด็กได้เห็นอยู่ในชีวิตประจำวัน เช่น การเล่นเป็นพ่อแม่ เล่นเลี้ยงน้องโดยใช้ตุ๊กตาแทนน้อง การเล่นขายของ เป็นต้น

2. การเล่นแบบค้นหาสำรวจ (Discovery and Exploring) การเล่นประเภทนี้เด็กจะเล่นและเรียนรู้จากประสาทสัมผัสทั้ง 5 คือ ตา หู จมูก ลิ้น และมือ

เด็กจะใช้ประสาทตามองดู ทำความเข้าใจกับสิ่งที่เห็น ใช้ความคิดของตัวเองในการวิเคราะห์สิ่งนั้น ๆ ว่า "คืออะไร" และรูปทรง ขนาด สี เป็นอย่างไร

เด็กเล่นโดยการใช้มือสัมผัสเพื่อให้รู้จักการเปรียบเทียบว่าของสิ่งนี้หนัก-เบา, ร้อน-เย็น ต่างกันอย่างไร หรือของชิ้นนี้ผิวหยาบหรือนุ่ม เป็นต้น

เด็กต้องการที่จะรู้ว่าเสียงนั้นเป็นเสียงสัตว์ร้อง หรือ เสียงคน เสียงดนตรี เด็กก็จะพยายามใช้การฟังให้เกิดประโยชน์ และพร้อมกันนั้นก็เลียนแบบออกเสียงไปด้วย เป็นการช่วยส่งเสริมการสื่อความหมายทางภาษา และคำพูด

ถ้าต้องการรู้รส รกดิน เด็กก็จะพยายามใช้ประสาทสัมผัสของตัวเองในการดมกลิ่น ชิมรสชาติ เพื่อให้ได้สิ่งที่แท้จริงว่า สิ่งนั้นคืออะไร เพื่อให้เกิดการแยกแยะสิ่งต่าง ๆ ในสภาพแวดล้อมได้อย่างมีประสิทธิภาพ

3. การเล่นแบบสร้างสรรค์ (Creative Play) การเล่นแบบสร้างสรรค์อาจจะเป็นการค้นพบหรือได้แบบสร้างสรรค์ใหม่ ๆ ขึ้นมาโดยบังเอิญ เช่น เด็กเล่นโดยการนำเอาวัสดุอุปกรณ์ เครื่องเล่นมาประกอบกันเข้าให้เป็นรูปร่างต่าง ๆ บางครั้งอาจจะได้ของเล่นที่มีรูปร่างคล้ายคลึงกับวัตถุอย่างใด

อย่างหนึ่งเข้า หรือประกอบเป็นของที่มีรูปร่างแปลกไปก็จะทำให้เด็กรู้สึกดีใจในความสำเร็จของตน นอกจากนี้การเล่นกับวัสดุประเภททราย น้ำ โม่บล็อก ดินเหนียว ดินน้ำมัน แป้งเปียกสี แป้งปั้นขนม (Dough) เหล่านี้จะช่วยให้เด็กเกิดความคิดสร้างสรรค์ขึ้นได้

4. การเล่นแบบผจญภัย (Adventure Play) ความจริงแล้วการเล่นทุกชนิดเป็นการผจญภัยสำหรับเด็ก ๆ ทั้งสิ้น เพราะเด็กได้ทดลองกับของใหม่ๆ ที่ท้าทาย เรียนรู้ทักษะใหม่ ๆ ซึ่งจะทำให้เด็กได้รับประโยชน์ทั้งทางร่างกายและสมอง เช่น เด็กสามารถเล่นไม้ล้อได้ เล่นเป็นป้ายเหล็กไต่ เชือกไต่ ราวไต่ กระโดดที่สะพานได้

5. การเล่นเกมส์และการแข่งขัน (Games Play) เด็กจะเริ่มรู้จักการเล่นเกมส์และการแข่งขันต่าง ๆ กับพ่อแม่ พี่ น้อง ของตนเองก่อน เมื่อเด็กมีอายุเข้าวัย 2-3 ปี เด็กเริ่มมีเพื่อนเล่น อายุ 3-5 ปี เริ่มเล่นรวมกลุ่ม มีการแข่งขันในการเล่น รู้จักการแพ้ ชนะ รู้กฎเกณฑ์ในการเล่นดีขึ้น ทำให้เด็กมีการปรับตัวเข้ากับสังคมได้

6. การเล่นเพื่อสร้างเสริมสติปัญญา (Cognitive Play) การเล่นแบบนี้เป็นการเล่นที่เตรียมความพร้อมให้เด็กเพื่อการเรียนรู้ในวัยสูงขึ้น เช่น การให้เด็กเล่นละคร เชิดหุ่น เล่านิทาน เป็นการฝึกให้เด็กพูด ช่วยให้เด็กได้พัฒนาทางด้านภาษามากขึ้น หรือให้เด็กเล่นปั้น ระบายสีด้วยดินสอสี พักัน หรือนิ้วมือ ร้อยลูกปัด เล่นโดมิโนตัวเลข ภาพสัตว์ ภาษาไทย ฯลฯ จะช่วยทำให้เด็กเกิดการเรียนรู้ในด้านการอ่าน เขียน (นิภา ลิ้มสุรพงษ์ 2526 : 71-72) เป็นต้น

เมื่อเด็กได้เล่นโดยมีลักษณะการเล่นต่าง ๆ กันดังที่กล่าวมาแล้วนั้น การเล่นก็จะช่วยให้เด็กมีพัฒนาการด้านต่าง ๆ คือ

1. พัฒนาการทางด้านร่างกาย

การเล่นเป็นการเสริมสร้างร่างกาย และพัฒนากล้ามเนื้อพร้อมกับความคล่องตัวในการผสมผสานหน้าที่ของความคิด การรับรู้จากประสาทกระตุ้นต่างๆ

และการเคลื่อนไหว จะเห็นได้ว่าขณะเล่นเด็กมีการเคลื่อนไหวทุกส่วนของร่างกาย เช่น ในขณะที่เด็กก้มตัวลง บิดตัวไปมา กระโดด วิ่งเหยียบจับ ไขว่คว้า คืบ ลาก ผลักวัตถุ เป็นต้น ซึ่งพฤติกรรมดังกล่าวจะทำให้กล้ามเนื้อแข็งแรง และมีการทำงานประสานกันได้ดีกับระบบประสาท และเป็นการช่วยให้เกิดการพัฒนากล้ามเนื้อสมองและประสาทขึ้น นอกจากนี้เด็กที่มีร่างกายสมบูรณ์แข็งแรงจะมีพลังมากเกินกว่าที่จะใช้หมดในแต่ละวัน ฉะนั้นการเล่นจะทำให้เด็กได้ใช้พลังงานส่วนเกินนี้ ถ้าเด็กไม่มีโอกาสได้สนุกสนานจากการเล่น เด็กจะใช้พลังงานส่วนเกินนี้ช่วยให้ตัวเองเฟลิดเฟลินด้วยวิธีอื่นที่ชกชนเสียหาย หรืออาจมีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม เช่น รังแกคน รังแกสัตว์ เป็นต้น การเล่นที่ตองใช้กำลังและความคล่องแคล่วว่องไวจะช่วยเสริมสร้างสุขภาพของร่างกายโดยทั่วไปให้ดีขึ้น ซึ่งจะช่วยให้เด็กเจริญเติบโต แข็งแรง และพร้อมที่จะเรียนรู้ต่อไปในอนาคต

2. พัฒนาการทางด้านอารมณ์

การเล่นช่วยให้เด็กรู้สึกผ่อนคลาย มีอารมณ์ร่าเริงแจ่มใส สนุกสนาน อีกทั้งยังช่วยสร้างจิตใจและปรับอารมณ์ของเด็กได้เป็นอย่างดีจากการที่เด็กได้เล่นและมีอิสระในการแสดงออกก็จะช่วยทำให้เด็กคลายความรู้สึกโกรธซึ่งเจ็บใจ เศร้าโศก คลายความเครียด ความวิตกกังวล และความคับข้องใจ ทั้งนี้เด็กแต่ละวัยจะระบายอารมณ์ออกมาในการเล่นลักษณะต่าง ๆ กัน นอกจากนี้การเล่นยังจะช่วยเสริมสร้างความมั่นใจในตนเองให้เด็ก ซึ่งเป็นลักษณะที่จะช่วยพัฒนาเด็กไปสู่ความสำเร็จในอนาคต

3. พัฒนาการทางด้านสังคม

ลักษณะการเล่นของเด็กที่เกี่ยวข้องกับพัฒนาการทางสังคมสามารถแบ่งออกได้เป็นลำดับขั้นคือ เริ่มตั้งแต่เล่นคนเดียว (Solitary Play) เล่นใกล้ ๆ คนอื่น (Parallel Play) สนใจการเล่นของผู้อื่นโดยเป็นเพียงส่วนประกอบของการเล่นนั้น (Complementary Play) และร่วมเล่นกับผู้อื่นอย่างมีบทบาทเต็มที่ (Cooperative Play) ซึ่งเด็กปกติทุกคนจะมี

พัฒนาการทางการเล่นเป็นไปตามนี้ และเมื่อเด็กได้มีโอกาสเล่นกับเพื่อน ๆ เด็กก็จะเรียนรู้วิธีการอยู่กับเพื่อน รู้จักสร้างสัมพันธ์ไมตรีในระหว่างเพื่อน ๆ คุยกัน รู้จักการทำงานร่วมกัน เห็นอกเห็นใจกัน รู้จักแบ่งปันสิ่งของ รู้จักให้ รู้จักรับ นอกจากนี้การเล่นยังสอนให้เด็กรู้จักเหตุผล และรู้จักกฎเกณฑ์ต่าง ๆ สามารถจัดตัวเองเข้ากับสังคม ทำให้อยู่ร่วมกับคนอื่นอย่างมีความสุข

4. พัฒนาการทางด้านสติปัญญาการเรียนรู้

ในขณะที่เล่นเด็ก ๆ จะสำรวจ ค้นหา ทดลองสิ่งใหม่ ๆ ที่อยู่รอบตัว ทำให้เด็กเกิดการเรียนรู้ รู้จักสิ่งต่าง ๆ ในสภาพแวดล้อมที่เขาเล่น นอกจากนี้การเล่นยังช่วยให้เด็กเกิดความคิดริเริ่มสร้างสรรค์และพัฒนาในด้านภาษา ดังจะเห็นได้ว่าในเด็กเล็กเด็กเรียนรู้การกระโดดเขย่ง ทำให้เกิดทักษะในการเคลื่อนไหว การทรงตัว รู้จักจังหวะต่าง ๆ และการพูดจาติดต่อกันในขณะที่เล่นทำให้เด็กรู้จักคำศัพท์เพิ่มขึ้น เพิ่มพูนความสามารถในด้านความเข้าใจภาษา ซึ่งจะทำให้สามารถติดต่อและเข้ากับคนอื่นได้ดี นอกจากนี้ในขณะที่เล่นเด็กยังมีโอกาสใช้ประสบการณ์ความรู้สึกต่าง ๆ เช่น ตามองวัตถุต่าง ๆ หนีบฟังเสียง จมูกได้กลิ่น ลิ้นได้ลิ้มรส ผิวหนังรับความรู้สึกร้อน เย็น กด บีบ ไขว่คว้า คืบคลาน สืบเสาะ/ทำให้ประสบการณ์ความรู้สึกมีความไวดีขึ้น เด็กจะสามารถรวบรวมข้อมูลต่าง ๆ ที่ได้รับนี้เข้าด้วยกัน ทำให้เกิดเป็นความคิดและเหตุผล การตัดสินใจขึ้นและมีพัฒนาการด้านเชาวน์ปัญญา ซึ่งจะช่วยให้เด็กเหล่านั้นสามารถปรับตัวได้ดี ในสภาพแวดล้อมต่าง ๆ

5. พัฒนาการทางด้านจริยธรรม

เมื่อเด็กได้เล่นกับเด็กอื่นทำให้เด็กรู้ว่า การทำดีจะช่วยให้เพื่อนหรือผู้อื่นได้รับความสนุกสนานพอใจ การทำไม่ดีจะทำให้เพื่อนไม่พอใจ ในครั้งแรกเด็กจะมีความรู้สึกในเรื่องของความผิดหรือถูกในเหตุการณ์ต่าง ๆ เช่น รู้ว่าการหยิบของเพื่อนไปเล่นโดยเจ้าของไม่ยินยอมเป็นสิ่งที่ไม่ถูกต้อง หรือการเล่นกับเพื่อนรุนแรงไปจะทำให้เพื่อนเจ็บ เมื่อโตขึ้นเด็กจะทราบว่าการพูดจริงหรือพูดเท็จเป็นอย่างไร ขึ้นต่อไปเด็กจะทราบว่า การซบเซบนิทาจะทำให้เพื่อนไม่สบายใจ เป็นการทำร้ายความรู้สึกของเพื่อน เมื่อถึงวัยรุ่นเด็กรู้จักรับผิดชอบในการชดเชยหนี้สิน

ข้อตรงต่อเพื่อน ดังนั้นจะเห็นได้ว่า การเล่นช่วยให้เด็กรู้จักการกระทำที่ถูกต้อง ถูกวิธี รู้จักความยุติธรรม รู้แพ้ รู้ชนะ รู้จักการให้และการรับ รู้จักการขอสัตย์ต่อ หมุ่คณะ รู้จักควบคุมตัวเองและฝึกฝนให้เป็นคนออกทน (นิภา ลิ้มปสุรพงษ์ 2526 : 69-70 ; ประไพพรรณ ภูมิวิศิสาร 2526 : 58-59; ศรีสมวงศ์ วรรณศิลป์ 2520 : 3-9) นอกจากนั้นเด็กยังเรียนรู้จริยธรรม ศิลปะ วัฒนธรรม และความรู้ รอบตัว จากบทบาทของบทละคร คนตรี นวนิยาย และอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการ เล่นควย

จากที่กล่าวมาทั้งหมดนี้จะเห็นได้ว่า การเล่นเป็นสิ่งที่ทำให้เด็กเกิดความ สนุกสนาน เพลิดเพลินเด็กได้แสดงอารมณ์ต่าง ๆ ออกมากับการเล่นและได้เรียนรู้ ด้านต่าง ๆ ไปในตัวด้วย ซึ่งเด็กแต่ละคนจะมีความสนใจในการเลือกของเล่น หรือเลือกอุปกรณ์การเล่นต่าง ๆ กัน ตลอดจนมีวิธีการเล่นที่ต่างกันด้วย ดังนั้น ผู้ที่เกี่ยวข้องกับเด็กควรจะได้จัดหาของเล่น หรืออุปกรณ์ต่าง ๆ ให้เหมาะสมกับ ความสนใจของเด็ก และเปิดโอกาสให้เด็กได้เล่นอย่างมีอิสระ เมื่อเด็กได้เล่น แล้วการเล่นจะช่วยให้เด็กมีพัฒนาการด้านต่าง ๆ คือด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม สติปัญญาการเรียนรู้ และจริยธรรม ซึ่งประสบการณ์ต่าง ๆ ที่เด็กได้รับจากการ เล่นที่สนุกสนานจะเป็นพื้นฐานที่สำคัญเพื่อช่วยในการเรียนรู้และรับรู้สิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ของเด็ก และช่วยให้เด็กสามารถปรับตัวอยู่ในสังคมในอนาคตได้ต่อไป

แนวคิดเกี่ยวกับจิตบำบัดควยการเล่น

จิตบำบัดควยการเล่น (Play Therapy) เป็นการบำบัดทางจิต วิธีหนึ่งเพื่อช่วยลดความตึงเครียดควยการให้เด็กได้ระบายความรู้สึกและอารมณ์ ต่าง ๆ ออกมา โดยให้เด็กเลือกเล่นของเล่นต่าง ๆ อย่างอิสระในห้องเล่นที่ จัดไว้เป็นพิเศษ เด็กจะเล่นของเล่นชิ้นใดและเล่นอย่างไรก็ได้ แต่การเล่นนั้น ต้องไม่ขัดกับกติกาที่ผู้ให้การบำบัดตั้งไว้ ผู้ให้การบำบัดจะเป็นผู้สังเกต ผู้ติดตาม และยอมรับในเด็ก โดยอาจแสดงการยอมรับนั้นทั้งทางแววตา สีหน้า ท่าทาง หรือคำพูด

การจัดให้มีจิตบำบัดด้วยการเล่นนั้นเนื่องจากมีความเชื่อว่า เด็กที่มีอายุต่ำกว่า 11-12 ปี ยังไม่สามารถสื่อความหมายให้เข้าใจด้วยการพูดโต้ตอบได้เท่ากับด้วยการเล่นซึ่งการให้เด็กเล่นนี้เป็นวิธีการอย่างหนึ่งที่ใช้ศึกษาเด็กอย่างเป็นธรรมชาติโดยเด็กสามารถจะสื่อให้รู้ถึงความรู้สึกต่าง ๆ ที่อยู่ในระดับจิตใต้สำนึก ทั้งนี้การที่เด็กเลือกเล่นสิ่งใดนั้นเป็นเพราะมีแรงกระตุ้นจากความวิตกกังวลซึ่งเป็นสิ่งที่เด็กไม่สามารถจะควบคุมได้ โดยจะเลือกของเล่นที่เป็นตัวแทนสิ่งต่าง ๆ ที่เด็กสนใจ เช่น ตุ๊กตาสัตว์ชนิดต่าง ๆ การตอบลอกต่าง ๆ เครื่องเล่นที่ทำเป็นเครื่องมือแพทย์ ฯลฯ เพื่อนำมาสร้างจินตนาการเป็นเรื่องราวต่าง ๆ ที่เขารู้สึกกลัว หงุดหงิดและวิตกกังวล จากการศึกษาพบว่าเด็กในช่วงอายุ 4-7 ปี จะมีการจินตนาการและเล่นเกมต่าง ๆ ที่แสดงออกถึงสิ่งที่เขามีความสัมพันธ์ด้วยหรือสิ่งที่เขาวิตกกังวลอยู่ เด็กอาจจะแสดงออกมาในลักษณะของความฝัน การเล่าเรื่องต่าง ๆ การเล่นเกมแฟนตาซี หรือการเล่นต่าง ๆ ซึ่งอาจแสดงถึงความสัมพันธ์ของเด็กกับพ่อ แม่ พี่ น้อง หรือกับบุคคลอื่น ๆ เช่น แพทย์ พยาบาล และบุคลากรอื่น ๆ ตลอดจนการรับประทานยาและวิธีการรักษาในรูปแบบต่าง ๆ ที่เด็กได้รับ โดยเฉพาะถ้าเด็กมีความวิตกกังวลในเรื่องใดสูงก็จะนำไปสู่การเล่นในลักษณะของรูปแบบนั้นซ้ำแล้วซ้ำอีก หรือนำไปสู่การค้นหาความพอใจจากการเล่นนั้น และถ้าเด็กยังมีความวิตกกังวลสูงมาก ๆ ขึ้นไปอีก การเล่นของเขาจะออกไปในลักษณะที่จะก่อให้เกิดความพอใจในคาบพบาทางเพศอย่างเหมาะสม (Chapman 19-71 :

241-242 ; Kolb Brodie 1982 : 711 ; Sutton - Smith 1973 : 356 ; Watson Lindgren 1973 : 51 ; Winnicott 1964 : 143-146)

ดังนั้นจะเห็นได้ว่า เด็กใช้จินตนาการ การนึกฝัน และการเล่น เพื่อแสดงออกถึงความรู้สึกไม่พอใจ หรือแสดงออกถึงสิ่งที่เด็กกลัว หงุดหงิดหรือวิตกกังวลอยู่ โดยเด็กจะเป็นผู้จัดสภาพการณ์และเลือกของเล่นของเขาเอง เด็กจะพูดคุย เล่าเรื่องต่าง ๆ ที่จินตนาการขึ้นมา หรือเล่าเรื่องต่าง ๆ ที่เขาหงุดหงิดอยู่ จากการแสดงออกเหล่านี้ของเด็กจะทำให้ผู้ใหญ่เข้าใจความรู้สึกนึกคิดของเด็กได้มากขึ้น ทำให้มีการตอบสนองต่อเด็กในทางที่จะช่วยทำให้เด็กเข้าใจ และคอย ๆ

ยอมรับสภาพของเขาได้ดีขึ้น ยอมรับในระดับความสามารถของตนเอง มีความเชื่อมั่นในตนเอง ทำให้เขารู้สึกเป็นตัวของตัวเองมากขึ้น พร้อมกันนั้นก็ทำให้มีความคิดอ่าน มีการรับรู้ และมีความเข้าใจในสิ่งต่าง ๆ ที่ขึ้น (Sutton - Smith 1973 : 356, 367) ซึ่งน่าจะมีผลทำให้เด็กเหล่านี้มีความเอาใจใส่ต่องานที่ให้ทำสูงขึ้น มีช่วงความสนใจในการทำงานเพิ่มขึ้นด้วย และสิ่งที่ตามมาคือ เด็กน่าจะทำงานได้ผลที่มีปริมาณงานความถูกต้องของงานเพิ่มขึ้นด้วย

องค์ประกอบที่สำคัญของจิตบำบัดด้วยการเล่น ประกอบด้วย

1. ผู้ให้การบำบัด
2. เทคนิคที่ใช้ในจิตบำบัดด้วยการเล่น
3. ลักษณะของห้องเล่น และชนิดของของเล่นที่จัดให้ผู้รับการบำบัด
4. เวลาที่ใช้สำหรับจิตบำบัดด้วยการเล่น

1. ผู้ให้การบำบัด

ลักษณะของผู้ให้การบำบัดเป็นองค์ประกอบที่สำคัญอย่างหนึ่งต่อการประสบความสำเร็จในการทำจิตบำบัดด้วยการเล่น ทั้งนี้ถ้าผู้ให้การบำบัดไม่มีความเชื่อมั่นในตัวเอง เข้มงวด และตึงเครียด ก็จะทำให้ผู้รับการบำบัดเกิดความรู้สึกตึงเครียด ไม่มีความเชื่อมั่นในตัวเองด้วย แต่ถ้าวุ้ให้การบำบัดมีความเชื่อมั่นในตัวเอง ไม่เคร่งเครียด มีความสัมพันธ์ที่ดีต่อผู้รับการบำบัด ก็จะทำให้ผู้รับการบำบัดรู้สึกผ่อนคลาย ไม่ตึงเครียดเกิดความเชื่อมั่นในตัวเอง และเกิดความไว้วางใจในตัวผู้ให้การบำบัดด้วย พร้อมกันนี้ผู้ให้การบำบัดยังควรเป็นผู้ที่มีความรู้สึกไวและเข้าใจความหมายในสิ่งที่ผู้รับการบำบัดแสดงออก และมีความเอาใจใส่ต่อผู้รับการบำบัด

นอกจากที่กล่าวมาแล้ว ผู้ให้การบำบัดยังควรมีทัศนคติพื้นฐานต่อผู้รับการบำบัด 3 ประการคือ

1.1 ความเชื่อและไว้วางใจ (Faith)

ผู้ให้การบำบัดมีความเชื่อว่า เด็กแต่ละคนมีความสามารถที่จะเติบโต และเผชิญความจริงได้ด้วยตัวของเขาเอง ความเชื่อเช่นนี้จะ เป็นพื้นฐานที่ทำให้ผู้ให้การบำบัดแสดงออกต่อผู้รับการบำบัดในลักษณะที่ทำให้ผู้รับการบำบัดมีการพัฒนาทาง

ความคิด ความรู้สึก และอารมณ์ต่าง ๆ มีความเป็นตัวของตัวเองมากขึ้น คอย ๆ กล้าที่จะตัดสินใจ และราวตัวเองต้องการอะไร มีความสามารถในการทำอะไรได้บ้างและจะทำอะไรต่อไป นั่นก็คือจะทำให้ผู้รับการบำบัดเข้าใจ และมีความเชื่อมั่นในความคิด ความรู้สึกของตนเองมากขึ้น

1.2 การยอมรับ (Acceptance)

ผู้ให้การบำบัดยอมรับในตัวผู้รับการบำบัด ยอมรับในการแสดงออก และสัญลักษณ์ต่าง ๆ ที่ผู้รับการบำบัดใช้ หรือจินตนาการขึ้นเอง ที่สำคัญคือ เป็นการยอมรับอย่างจริงใจและมีอยู่ตลอดเวลาในตัวของผู้ให้การบำบัด ขณะเดียวกันก็จะทำให้ผู้รับการบำบัดยอมรับในตัวผู้ให้การบำบัดและกล้าที่จะแสดงความรู้สึกต่าง ๆ เช่น ความโกรธ ความก้าวร้าว ความกลัว ความวิตกกังวล หรือความคิดหมกมุ่นที่มีอยู่ ออกมา อาจจะโดยการใช้คำพูดโดยตรง หรือใช้สัญลักษณ์ต่าง ๆ ซึ่งเมื่อได้มีการแสดงออกเช่นนี้ก็จะทำให้ผู้รับการบำบัดได้คอย ๆ สำรวจความรู้สึก และทัศนคติของตนเองอย่างถาวรขึ้น

1.3 การยกย่องนับถือ (Respect)

ผู้ให้การบำบัดยกย่องนับถือว่าผู้รับการบำบัดก็เป็นบุคคลหนึ่ง เป็นการยอมรับในความเป็นบุคคลของผู้รับการบำบัดในขณะนั้น ไม่ใช่ในสิ่งที่เคยเป็นหรือจะเป็น และเป็นการยอมรับทั้งในแง่ของความรู้สึกและทัศนคติต่าง ๆ ของผู้รับการบำบัด สิ่งนี้เองจะทำให้ผู้รับการบำบัดรู้สึกว่ามีคนเข้าใจความรู้สึกและความนึกคิดของเขา ทำให้เขารู้สึกว่าตัวเองมีค่าขึ้น และมองเห็นว่าผู้ให้การบำบัดต้องการช่วยเหลือเพื่อให้เขาช่วยเหลือตัวเองได้

ทัศนคติพื้นฐานทั้ง 3 ประการนี้ จะเป็นลักษณะที่มีผสมผสานกลมกลืนกันอยู่ในตัวของผู้ให้การบำบัด ไม่สามารถจะแยกได้ว่าจะใช้อันไหนอย่างไร แต่จะใช้รวม ๆ กันไป และจะแสดงออกเมื่อมีความสัมพันธ์กับผู้รับการบำบัด (Moustakas 1974 : 1-10) ดังนั้นจะเห็นได้ว่าผู้ให้การบำบัดจะต้องมีความอดทนต่อการรับฟังเรื่องราวต่าง ๆ ที่ผู้รับการบำบัดเล่า เป็นการยอมรับในตัวผู้รับการบำบัดอย่างจริงใจ และผู้ให้การบำบัดจะไม่วิจารณ์การเล่นของเล่นต่าง ๆ ของผู้รับการบำบัด



ผู้ให้การบำบัดจะแสดงออกถึงการยอมรับในผู้รับการบำบัดโดยทางแวตาสีหน้า ทาทาง หรือคำพูด อาจมีการทวน หรือสะท้อนคำพูดและความรู้สึกของผู้รับการบำบัด สิ่งสำคัญคือ ผู้ให้การบำบัดจะไม่บอกหรือเร่งรัดให้ผู้รับการบำบัดทำในสิ่งต่าง ๆ ตามความคิดของผู้ให้การบำบัด (Axline 1976 : 62-65 ; Millar 1968 : 230)

2. เทคนิคที่ใช้ในจิตบำบัดด้วยการเล่น

เทคนิคที่ใช้จะเป็นลักษณะของการโต้ตอบแบบทางอ้อม คือ การโต้ตอบที่ให้ผู้รับการบำบัดเป็นศูนย์กลาง (Client Centered) ผู้ให้การบำบัดจะไม่วิจารณ์เรื่องราวต่าง ๆ ที่โต้ตอบกับผู้รับการบำบัด แต่ผู้ให้การบำบัดจะคอยเอื้ออำนวยให้ผู้รับการบำบัดได้แสดงออกถึงเรื่องราวและทัศนคติต่าง ๆ ของเขาได้ราบรื่นมากขึ้น และการโต้ตอบลักษณะนี้เป็นการสื่อความเข้าใจของผู้ฟังให้แก่ผู้พูดอีกด้วย (โสริช โปธิแก้ว 2525 : 12 ; Axline 1976 : 15)

การใช้จิตบำบัดด้วยการเล่นในลักษณะการบำบัดโดยทางอ้อม (Non - directive therapy) นี้ เพราะมีความเชื่อว่า แต่ละบุคคลมีความสามารถในการแก้ปัญหาและในการแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ออกมา และอันนี้เองจะมีผลทำให้บุคคลเหล่านั้นมีพัฒนาการทางพฤติกรรมที่เหมาะสมตามวุฒิภาวะ ดังนั้นในจิตบำบัดด้วยการเล่นนี้ผู้รับการบำบัดจะเป็นผู้ที่สมบทบาทสำคัญมากที่สุด เขามีอิสระทั้งในการเลือกของเล่นและในวิธีการเล่นของเล่นนั้น ๆ โดยเขาจะเป็นผู้ที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ในห้องเล่นที่จัดไว้ นั้น เช่น การย้ายของเล่นต่าง ๆ ส่วนผู้ให้การบำบัดจะเป็นผู้ติดตาม สังเกต ทำตาม และคอยรับฟังเรื่องราวต่าง ๆ ที่ผู้รับการบำบัดแสดงออกเล่า หรือพูดกล่าวไว้ฟัง ซึ่งผู้ให้การบำบัดอาจจะแสดงออกว่าเขารับฟังและยอมรับในตัวผู้รับการบำบัดโดยการใช้ความเงียบ การแสดงออกโดยทาทาง สีหน้า แวตาสีหน้า หรือคำพูด ซึ่งอาจใช้การทวนหรือสะท้อนคำพูดหรือความรู้สึกที่ผู้รับการบำบัดแสดงออกมา เพื่อช่วยให้ผู้รับการบำบัดเข้าใจสิ่งต่าง ๆ มากยิ่งขึ้น นอกจากนี้ผู้ให้การบำบัดยังจะเป็นผู้ที่คอยบอกขอบเขต หรือข้อห้ามต่าง ๆ ที่ผู้รับการบำบัดจะต้องปฏิบัติเมื่ออยู่ในห้องเล่นนั้นคือ

1. ผู้ให้การบำบัดจะเตือนไม่ให้ผู้รับการบำบัดนำของเล่นออกนอกห้องเล่น เมื่อผู้รับการบำบัดจะนำของเล่นไปเล่นนอกห้อง หรือนำของเล่นกลับบ้าน เช่นผู้ให้การบำบัดจะกล่าวว่า "หนูจะเล่นของเล่นนี้อย่างไรก็ได้ในห้องเล่นนี้ แต่หนูไม่สามารถนำของเล่นนี้ออกไปนอกห้องเล่น หรือนำกลับบ้าน"
2. ผู้ให้การบำบัดจะคอยบอกเวลาให้ผู้รับการบำบัดทราบเมื่อใกล้จะถึงเวลาเลิกเล่น เช่น "อีก 5 นาทีก็จะหมดเวลาแล้ว"
3. ผู้ให้การบำบัดจะคอยห้ามไม่ให้ผู้รับการบำบัดทำอันตรายต่อร่างกาย หรือแม้แต่เสื้อผ้าของผู้ให้การบำบัด
4. ผู้ให้การบำบัดจะอนุญาตให้ผู้รับการบำบัดออกนอกห้องเล่นก่อนที่จะหมดเวลาได้โดยบอกให้ผู้รับการบำบัดทราบว่า ถ้าออกไปนอกห้องเล่นแล้วผู้รับการบำบัดไม่สามารถจะกลับมาเล่นในห้องเล่นได้อีกในวันนั้น จนกว่าจะถึงเวลาพบกันในวันต่อไป (Axline 1976 : 15-18 ; Ginott 1961 : 109-111)

การที่มีขอบเขตหรือข้อห้ามต่าง ๆ เหล่านี้ เพื่อช่วยไม่ให้ผู้รับการบำบัดเกิดความวิตกกังวล ความไม่สบายใจ หรือความรู้สึกผิด เมื่อตนได้ทำร้ายหรือทำอันตรายต่อผู้ให้การบำบัดหรือได้ทำลายของเล่น ซึ่งความวิตกกังวลหรือความรู้สึกผิดนี้จะไปขัดขวางการแสดงออกในเรื่องที่ผู้รับการบำบัดมีปัญหอย่างแท้จริง (Cramer, in Kplan, Freedman and Sadock, eds. 1980 : 2458)

3. ลักษณะของห้องเล่น และชนิดของของเล่นที่จัดให้ผู้รับการบำบัด
 ห้องเล่นควรหาสีอ่อน ๆ สว่าง มีหน้าต่างเล็ก ๆ และอากาศถ่ายเทได้สะดวก ขนาดของห้องไม่ควรจะเล็กเกินไป เพราะจะทำให้ผู้รับการบำบัดเกิดความรู้สึกอึดอัดเมื่อต้องเผชิญหน้ากับผู้ให้การบำบัด และห้องนั้นก็ไม่ควรมีขนาดใหญ่เกินไปด้วย เพราะจะทำให้ผู้รับการบำบัดแยกตัวเองออกไปเพื่อจะได้ไม่ต้องมีความสัมพันธ์กับผู้ให้การบำบัด ดังนั้นขนาดของห้องที่พอเหมาะสำหรับการทำจิตบำบัดด้วยการเล่นแบบเป็นรายบุคคลควรมีขนาด 150 ถึง 200 ตารางฟุต และควรจะเป็นห้องเก็บเสียง เพื่อกันเสียงรบกวนจากภายนอก และเพื่อให้ผู้รับการบำบัดเกิดความมั่นใจในการพูด หรือแสดงปฏิกิริยาต่าง ๆ ออกมา (Ginott 1961 : 64)

สำหรับชนิดของของเล่นที่จะจัดให้ผู้รับการบำบัดนั้น โดยทั่ว ๆ ไปไม่ได้กำหนดแน่นอนว่าจะต้องมีอะไรบ้าง และจะจัดจังหวังของเล่นในห้องเล่นนั้นอย่างไร แต่ควรจะจัดหาของเล่นให้เหมาะสมกับลักษณะและอาการของผู้รับการบำบัด ซึ่งจำนวนและชนิดของของเล่นเหล่านั้นควรจะมากพอสมควร เพื่อให้ผู้รับการบำบัดมีโอกาสเลือกของเล่นเพื่อเป็นสื่อแสดงอารมณ์ออกมาได้ตรงที่สุด ทั้งนี้เพราะในจิตบำบัดด้วยการเล่นจะไม่ใช้การวิจารณ์การเล่นของเล่นของผู้รับการบำบัด ดังนั้นถ้ามีของเล่นให้ผู้รับการบำบัดเลือกได้มากพอสมควรก็จะช่วยให้ผู้รับการบำบัดเข้าใจปัญหาของผู้รับการบำบัดได้ถูกต้องยิ่งขึ้น ที่สำคัญอีกประการคือ ของเล่นเหล่านั้นควรจะแข็งแรง มั่นคงแตกหักได้ยาก เพื่อป้องกันการเกิดความเสียหายอันจะทำให้ผู้รับการบำบัดรู้สึกผิดต่อการทำของเล่นเสีย (Anastasi 1964 : 386 ; Axline 1976 : 54-56 ; Harrison, in Kplan, Freedman and Sadock, eds, 1980:2654)

การจัดของเล่นในห้องเล่นนี้ไม่จำเป็นต้องจัดของเล่นต่าง ๆ ตามหมวดหมู่ และไม่ควรกำหนดว่าต้องเล่นของเล่นเหล่านั้นอย่างไร ทั้งนี้เพื่อให้ผู้รับการบำบัดมีอิสระในการเลือกของเล่นและวิธีเล่นของเล่นเหล่านั้น เพื่อให้ผู้รับการบำบัดจะได้ไม่รู้สึกจวนถุกบังคับให้เล่นของเล่นตามรูปแบบของของเล่นชนิดนั้น ๆ และที่สำคัญอีกประการหนึ่งคือ เมื่อเคยจัดของเล่นให้ผู้รับการบำบัดคนใดอยู่ในลักษณะเช่นใดแล้ว ก็ควรจะจัดของเล่นให้อยู่ในลักษณะเดิม และมีปริมาณของของเล่นเท่าเดิมในการพบกับผู้รับการบำบัดคนเดิมนั้นในครั้งต่อไปด้วย (Moustakas 1974 ; 15)

เกณฑ์ในการเลือกของเล่นและอุปกรณ์ต่าง ๆ เพื่อใช้ในจิตบำบัดด้วยการเล่นสำหรับเด็กอายุ 3 - 9 ปี มี 5 อย่างคือ

1. ของเล่นควรจะเอื้ออำนวยต่อการติดต่อและสร้างความสัมพันธ์ระหว่างผู้รับการบำบัดกับผู้ให้การบำบัด

2. ของเล่นควรจะสนับสนุนและก่อให้เกิดการผ่อนคลายระบายออก (Catharsis) คือเด็กสามารถแสดงอารมณ์ต่าง ๆ ของเล่นเหล่านั้นออกมาได้

3. ของเล่นเหล่านั้นควรจะเอื้อต่อการพัฒนาความเข้าใจตนเองของผู้รับการบำบัด และเอื้อต่อการติดต่อสัมพันธ์กับผู้อื่น

4. ลักษณะของของเล่นควรจะให้เปิดโอกาสให้ผู้รับการบำบัดได้ทดสอบสิ่งต่าง ๆ ที่ตรงกับความเป็นจริง เช่น ได้ทดสอบถึงความสัมพันธ์ของผู้ให้การบำบัดที่มีต่อผู้รับการบำบัด ผู้รับการบำบัดได้มีโอกาสสำรวจของเล่นต่าง ๆ ดังนั้นของเล่นที่จัดไว้จึงไม่ควรยาก หรือซับซ้อนเกินความสามารถ และควรจะไม่ลดทอนการเล่นควย

5. ของเล่นเหล่านี้จะช่วยเป็นสื่อในการแสดงออก ให้โอกาสแก่ผู้รับการบำบัดได้แสดงออกโดยไม่ตongคำนึงถึงกฎเกณฑ์ขoห้ามต่าง ๆ

ลักษณะของของเล่นที่ควรจัดใหม่ในห้องเล่น คือ

บ้านตุ๊กตา (Dollhouse) ควรจะมีลักษณะเบา เด็กสามารถเคลื่อนย้ายได้ และควรมีตุ๊กตาที่เป็นตัวแทนของบุคคลต่าง ๆ ในครอบครัว เช่น พ่อ แม่ พี่ น้อง จากการที่ผู้รับการบำบัดได้เล่นของเล่นเหล่านี้จะช่วยทำให้ผู้ให้การบำบัดเข้าใจรูปแบบของครอบครัวตามความคิดความเข้าใจของผู้รับการบำบัด

ตุ๊กตาสัตว์ (Toy Animals) เด็กบางคนอาจจะไม่กล้าแสดงความรู้สึกต่าง ๆ เช่นความโกรธ ความกลัว ความก้าวร้าว ฯลฯ ออกมาโดยตรงต่อตุ๊กตา เช่น ไม่กล้ายิงตุ๊กตาที่เป็นตัวแทนของพ่อ ไม่กล้าว่าตุ๊กตาที่เป็นตัวแทนของพี่โดยตรง เป็นต้น แต่เด็กจะแสดงความรู้สึกโกรธ หรือความก้าวร้าวกับตุ๊กตาที่เป็นสัตว์ ทั้งนี้เนื่องจากเด็กจะรู้สึกปลอดภัยเมื่อแสดงออกต่อสัตว์มากกว่าที่จะต้องแสดงออกต่อตัวแทนของบุคคลโดยตรง

ของเล่นที่ใช้ในการขนส่ง (Transportation Toys) บางครั้งเด็กอาจจะใช้รถยนต์ รถบรรทุก เรือ เครื่องบิน เป็นตัวแทนเพื่อแสดงออกถึงความรู้สึกและความสัมพันธ์ที่มีต่อครอบครัว ตัวอย่างเช่น เด็กอายุ 6 ปี เล่นลอยเรือในคลองทราย และขณะเดียวกันก็พูดกับตัวเองควยว่า " เรือพ่อแก ๆ ลำนี้นึกว่าตัวเองเป็นใหญ่และสำคัญ... เรือแม่แก ๆ ลำนี้นจะถูกตongอยู่เสมอ... ทั้งเรือพ่อและเรือแม่ไม่คิดเลยว่เรือลูกลำนี้ก่เข้าใจและรู้เรื่องต่าง ๆ "

น้ำ (Water Play) น้ำจัดเป็นวัสดุอย่างหนึ่งที่มีประสิทธิภาพในจิตบำบัดควยการ เล่น เพราะเด็กเล็ก ๆ สามารถจะเล่นน้ำได้เป็นเวลานาน ๆ

เนื่องจากการเล่นน้ำไม่ต้องใช้ทักษะความชำนาญใด ๆ เลยเด็ก ๆ ก็สามารถจะเล่นน้ำได้ เด็กจะสลับน้ำหรือทำน้ำเป็นคลื่น หรือจับตุ๊กตาทากดลงให้จมน้ำก็ได้

ขอล้กดี และสีน้ำ (Easel Painting and Water Coloring)

ทั้ง 2 ชนิดนี้ เป็นสื่อที่ติดต่อการแสดงอารมณ์ เด็กสามารถจะใช้พู่กันระบายสีได้อย่างอิสระแม้ว่าเขาจะระบายสปรกเลอะเทอะก็ตาม ซึ่งการระบายสีนี้เท่ากับเป็นขั้นแรกของการรู้สึกเป็นอิสระในการแสดงอารมณ์และความต้องการต่าง ๆ ออกมา เมื่อเด็กได้ระบายสีตามความต้องการและความพอใจแล้วเขาจะรู้สึกว่ามีความมั่นคงในจิตใจ แม้จะเล่นสิ่งที่สปรกเลอะเทอะก็ตาม และต่อไปเด็กจะรู้สึกเป็นอิสระในการเล่นของเล่นอื่น ๆ ที่ทำให้เกิดความสปรกเลอะเทอะมากขึ้น เช่นการระบายสีด้วยนิ้ว การเล่นดินเหนียวหรือดินน้ำมัน

การระบายสีด้วยนิ้วมือ (Finger Painting) จัดว่าเป็นสื่อที่เหมาะสมต่อการแสดงอารมณ์ออกมา เด็กสามารถจะสื่อความรู้สึกออกมาได้โดยใช้สีและการเคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย และจากการที่เด็กได้สัมผัสกับวัสดุเบา ๆ เช่นนี้จะเป็นการกระตุ้นให้เด็กเกิดความรู้สึกเป็นอิสระต่อการสร้างจินตนาการต่าง ๆ

ดินเหนียวหรือดินน้ำมัน (Clay Play) จัดว่าเป็นวัสดุที่เด็กนำไปใช้ได้ทั้งในทางสร้างสรรค์และในทางทำลาย เด็กสามารถเล่นดินเหนียวหรือดินน้ำมันเพื่อสนองความอยากรู้อยากเห็นเกี่ยวกับส่วนต่าง ๆ ของร่างกายได้ นอกจากนี้เด็กยังใช้ดินเหนียวหรือดินน้ำมัน ปั้นเพื่อแสดงให้เห็นถึงภาพพจน์เกี่ยวกับพ่อ แม่ พี่ น้อง อื่น ๆ

ทราย (Sand) ทรายนี้อาจใช้เป็นที่ตั้งทะเลทราย หนอง บึง ทะเล หิมะ กรวด ฯลฯ เช่นเดียวกับดินเหนียวหรือดินน้ำมัน เด็กสามารถเล่นทรายได้ทั้งในทางสร้างสรรค์และในทางทำลาย เด็ก ๆ สามารถสร้างจินตนาการต่าง ๆ โดยใช้ทราย อาจจะสร้างสะพาน ภูเขา อุโมงค์ ลอยเรือ หรือทำเป็นเขื่อน แล้วเขาก็อาจจะทำลายสิ่งที่เขาสร้างขึ้นมานี้ได้

หุ่น (Puppets) ผู้รับการบ๊วยักจะแสดงความคิดและความรู้สึกต่าง ๆ ออกมาอย่างอิสระโดยใช้หุ่นเพราะสิ่งต่าง ๆ ที่หุ่นพูดหรือแสดงออกมานั้นถือว่าเป็น

การแสดงออกของหุ่นไม้ไผ่ของผู้รับการบำบัด ดังนั้นผู้รับการบำบัดจึงไม่ต้อง
รับผิดชอบต่อสิ่งที่หุ่นแสดงออกมานั้น

บล็อก (Block Play) ผู้รับการบำบัดสามารถใช้บล็อกสร้างสิ่งต่างๆ
เขาอาจจะทำลายสิ่งที่เขาสร้างขึ้นมาทันที และอาจสร้างสิ่งนั้นใหม่อีกก็ได้เช่นกัน
บล็อกนี้สามารถใช้เล่นได้ทั้งในเด็กที่มีสติปัญญาดี และเด็กที่ไม่ค่อยมีความสามารถ
ทางสติปัญญา โดยเด็กอาจจะนำบล็อกมาเรียงต่อกันเป็นชั้น ๆ หรืออาจสร้างเป็น
สิ่งต่าง ๆ ที่ซับซ้อนขึ้นก็ได้ (Ginott 1961 : 53-72)

4. เวลาที่ใช้สำหรับจิตบำบัดด้วยการเล่น

การให้จิตบำบัดด้วยการเล่นจะมีจุดเริ่มต้นตั้งแต่เมื่อผู้ให้การบำบัด
ได้พบกับผู้รับการบำบัด โดยผู้ให้การบำบัดจะให้ผู้รับการบำบัดเป็นผู้ตัดสินใจว่าเขา
จะเข้าห้องเล่นหรือไม่ ผู้ให้การบำบัดจะคอยเอื้ออำนวยต่อการตัดสินใจของผู้รับ
การบำบัด และยอมรับการตัดสินใจของผู้รับการบำบัดนั้น ซึ่งการพบกันแต่ละครั้ง
โดยทั่ว ๆ ไปจะใช้เวลาประมาณ 50 นาที และจะพบกันในช่วงเวลาเดิมทุกครั้ง
เช่นพบกันช่วงเวลา 9.00-9.50 น. ก็จะพบกันในช่วงเวลานี้ทุกครั้ง แต่อาจจะมีการ
เปลี่ยนแปลงเวลาได้ถ้าเกิดเหตุขัดข้องที่ผู้ให้การบำบัดหรือผู้รับการบำบัดไม่
สามารถหลีกเลี่ยงได้ อย่างไรก็ตามถ้าไม่เกิดอุปสรรคใด ๆ ที่ทำให้ผู้รับการบำบัด
มาตามช่วงเวลานัดได้ แต่ผู้รับการบำบัดมาช้ากว่าเวลานัด ก็ให้ดำเนินการให้จิต
บำบัดด้วยการเล่นไปถึงช่วงเวลาเดิมที่เคยพบกันเท่านั้น ตัวอย่าง เช่น ช่วงเวลา
ที่ให้จิตบำบัดด้วยการเล่นแก่ผู้รับการบำบัดคนหนึ่งคือ 9.00-9.50 น. ผู้รับการ
บำบัดคนนั้นมาถึงห้องเล่นเวลา 9.15 น. ก็ให้ดำเนินการให้จิตบำบัดด้วยการเล่น
นั้นต่อไปถึงเวลา 9.50 น. นอกจากนี้ถ้าผู้รับการบำบัดอยากออกจากห้องเล่น
ก่อนหมดเวลา ผู้ให้การบำบัดก็จะอนุญาตให้ผู้รับการบำบัดออกจากห้องเล่นนั้นได้
การที่มีกติกาดังกล่าวมานี้เพื่อให้ผู้รับการบำบัดเกิดความรู้สึกว่าเขาเป็นผู้หนึ่ง
ที่มีส่วนร่วมรับผิดชอบต่อการทำจิตบำบัดด้วยการเล่นนี้

สำหรับจำนวนครั้งที่พบกันระหว่างผู้ให้การบำบัดกับผู้รับการบำบัดนั้น
ไม่ได้มีกำหนดแน่นอนว่าจะต้องพบกันกี่ครั้ง ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับลักษณะและอาการของ

ผู้รับการบำบัดแต่ละคน ผู้รับการบำบัดบางคนมาพบผู้ให้การบำบัดเพียง 3 ครั้ง แต่บางคนก็ต้องมาพบถึง 8 ครั้ง หรือมากกว่า ถ้าหากผู้รับการบำบัดมีความผิดปกติทางอารมณ์มาก สำหรับเด็กปกติทั่ว ๆ ไปที่มีปัญหาทางอารมณ์เล็กน้อย การพบกับผู้ให้การบำบัดคนเดิมอาจจะมาพบเพียง 3-4 ครั้ง ก็จะช่วยให้ผู้รับการบำบัดได้ระบายความรู้สึกต่าง ๆ ออกมา ซึ่งจะเป็นผลที่ช่วยให้ผู้รับการบำบัดสามารถสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่นได้มากขึ้น (Axline 1976 : 129 ; Ginott 1961 : 79-80, 109, 139-141)

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. การให้จิตบำบัดด้วยการเล่น

คาทรอน อีเลน (Catron Elaine 1981) ได้ทำการทดลองที่ศูนย์รับเลี้ยงเด็ก เพื่อศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างการจัดโปรแกรมการบำบัดด้วยการเล่นกับการพัฒนาทางอารมณ์และสังคม ซึ่งจะดูในแง่ของสุขภาพจิต บุคลิกภาพ และการตัดสินใจ เครื่องมือที่ใช้วัดคือ Modified-Rodke-Yarrow Scale โดยทำการวัดก่อนและหลังการทดลองซึ่งมีระยะห่างกัน 3 เดือน ในการทดลองนี้แบ่งกลุ่มตัวอย่างเป็น 2 กลุ่มคือ กลุ่มทดลอง 15 คน จัดให้เข้าโปรแกรมที่ละคน ๆ ละ 1 ครั้ง ต่อสัปดาห์ และกลุ่มควบคุม 14 คน จัดให้เล่นกิจกรรมแต่ไม่ใช่โปรแกรมที่จัดให้กลุ่มทดลอง โดยให้เล่นกิจกรรมที่ละคน ๆ ละ 1 ครั้งต่อสัปดาห์เช่นกัน จากการวิเคราะห์คะแนนที่ได้จากการทดสอบก่อนและหลังการทดลอง ประกอบกับการวิเคราะห์พฤติกรรมของเด็กแต่ละคนระหว่างช่วงการบำบัดชี้ให้เห็นว่า ความสัมพันธ์ระหว่างโปรแกรมการบำบัดด้วยการเล่น กับพัฒนาการทางอารมณ์และสังคมของเด็กที่เข้าร่วมโปรแกรมเป็นไปได้ในทางบวก นั่นคือ โปรแกรมการบำบัดด้วยการเล่นมีผลต่อพัฒนาการทางอารมณ์และสังคมของเด็กที่เข้าร่วมโปรแกรม (Catron Elaine 1981 : 228) นอกจากนี้ แอ็กซไลน์ (Axline 1949) ก็ได้ทำการศึกษาเด็กช่วงอายุ 6-7 ปี จำนวน 15 คน ซึ่งมีปัญหาทางด้านพฤติกรรม และมีปัญหาในการพูด แอ็กซไลน์ได้ให้จิตบำบัดด้วยการเล่นแก่เด็กเหล่านี้เป็นจำนวน 8-20 ครั้ง จากการวัดความสามารถทางสติปัญญาของเด็กก่อนและหลังการให้

จิตบำบัดด้วยการเล่น สามารถแบ่งเด็กได้เป็น 3 กลุ่มคือ

กลุ่มที่ 1 เด็กที่ไม่มีการเปลี่ยนแปลงความสามารถทางสติปัญญาทั้งก่อนและหลังการได้รับจิตบำบัดด้วยการเล่น

กลุ่มที่ 2 เด็กที่มีความสามารถทางสติปัญญาเพิ่มขึ้นอย่างเห็นได้ชัดหลังการได้รับจิตบำบัดด้วยการเล่น

กลุ่มที่ 3 เด็กที่มีความสามารถทางสติปัญญาในระดับปานกลางทั้งก่อนและหลังการได้รับจิตบำบัดด้วยการเล่น

แอกซ์ลีนไม่ได้สรุปผลการศึกษาไว้อย่างแน่นอน แต่เขาชี้ให้เห็นว่า การที่เด็กปัญญาอ่อนไม่มีความสามารถทางสติปัญญาเพิ่มขึ้นนั้น เพราะเด็กเหล่านั้นไม่สามารถรับการบำบัดจิตบำบัดด้วยการเล่นได้อย่างสมบูรณ์ อย่างไรก็ตาม แอกซ์ลีนก็ไม่ได้อ้างว่า จิตบำบัดด้วยการเล่นเป็นตัวไปเพิ่มความสามารถทางสติปัญญา แต่เขาว่าการที่เด็กได้มีการแสดงออกทางอารมณ์ขณะที่ได้รับการบำบัดนั้นช่วยทำให้เด็กได้ระบายสิ่งที่เขาหมกมุ่นอยู่จึงทำให้เด็กได้แสดงความสามารถที่แท้จริงของเขาออกมาในการวัดความสามารถทางสติปัญญาหลังจากที่ได้รับจิตบำบัดด้วยการเล่น (Axline 1949, 13 : 313-327)

นอกจากนี้จิตบำบัดด้วยการเล่นยังเป็นวิธีหนึ่งที่จะช่วยในการรักษาด้วย มิลเลอร์ บารุช (Miller Baruch 1948) ได้ทำการศึกษาเด็กจำนวน 6 คน มีอายุต่ำกว่า 11 ปี เป็นโรคภูมิแพ้ และไม่ประสบความสำเร็จในการรักษาทางการแพทย์ แต่เมื่อนำเด็กเหล่านั้นไปรับจิตบำบัดด้วยการเล่น พบว่าเด็ก 5 คนใน 6 คนนั้นจะมีอาการต่าง ๆ คีขึ้น ทั้งนี้เนื่องจากเด็กได้ระบายและแสดงอารมณ์ความรู้สึกหรือปัญหาต่าง ๆ ออกมา เด็กไม่ได้หมกมุ่นอยู่แต่ในอาการต่าง ๆ ของตน ดังนั้นอาการแพ้ต่าง ๆ เหล่านี้จึงลดน้อยลง (Miller Baruch 1948, 12 : 111-113)

จะเห็นได้ว่า นอกจากจิตบำบัดด้วยการเล่นจะช่วยให้เด็กมีพัฒนาการทางอารมณ์และสังคมแล้ว จิตบำบัดด้วยการเล่นยังเป็นวิธีหนึ่งที่จะช่วยในการรักษาโรคด้วย

กล่าวคือ เมื่อเด็กได้เล่นของเล่น เล่นตุ๊กตา ฯลฯ หรือได้ระบายสีที่เขาหมกมุ่น อยู่ออกมา ทำให้เด็กเกิดความเข้าใจในเรื่องต่าง ๆ เหล่านั้นดีขึ้น อันมีผลต่อพัฒนา การทางอารมณ์และสังคม ดังนั้นเมื่อให้ทำงานเด็กก็สามารถแสดงความสามารถที่ แท้จริงออกมาได้ สามารถทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้นกว่าเดิม

2. ความวิตกกังวล

พริก และคณะ (Prugh, and Others 1953) ได้ศึกษาถึงความ วิตกกังวลของเด็กที่อยู่ในโรงพยาบาล โดยใช้เด็กช่วงอายุ 2-12 ปี จำนวน 200 คน พบว่า ความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นเนื่องจากประสบการณ์ในโรงพยาบาลนั้น จะแตกต่างกันไปตามช่วงอายุ โดยเด็กจะมีรูปแบบของพฤติกรรมและจำนวนความถี่ ของพฤติกรรมที่รบกวนผู้นอนลดน้อยลงเมื่อเด็กมีอายุมากขึ้น กล่าวคือ เด็กในช่วง อายุ 2-3 ปี จะแสดงปฏิกิริยาโต้ตอบที่รุนแรงที่สุดในลักษณะของความวิตกกังวล ต่อการแยกจากพ่อแม่ โดยขณะที่พ่อแม่แยกไปนั้นเด็กจะแสดงความกลัวและความ โกรธ และเด็กจะมีความวิตกกังวลทันทีที่พบคนแปลกหน้า ในช่วงขณะที่เด็กต้องมา อยู่โรงพยาบาล พบว่าเด็กจะมีอารมณ์เปลี่ยนแปลงไป เช่น เศร้า ร้องไห้ และ แยกตัวเองจากบุคคลหรือสิ่งแวดล้อมอื่น ๆ นอกจากนี้ความวิตกกังวลในเด็กนี้ อาจจะแสดงออกโดยอาการทางกาย เช่น ปัสสาวะบ่อย ๆ ท้องร่วง อาเจียน มีการแสดงออกในลักษณะที่พัฒนาการถอยหลังไม่สมวัย (regression) บางครั้ง ต้องการความดูแล ไม่ยอมกินอาหารแข็ง หรืออาจจะมีการเปลี่ยนแปลงใน พฤติกรรม เช่น อยู่หนึ่ง ๆ ไม่ได้ หรือทำซ้ำต่อเนื่องกันเป็นต้น สำหรับเด็กที่มี อายุมากขึ้น คือช่วงอายุ 4-6 ปี ก็จะมีการแสดงออกที่คล้าย ๆ กันนี้แต่น้อยกว่า ต่อมาเด็กในช่วงอายุ 6-10 ปี จะมีความวิตกกังวลต่อการแยกจากกันนี้ลดน้อยลง แต่จะมีความวิตกกังวลต่อความเจ็บป่วย หรือการติดเชื้อหนกต่อประสบการณ์ต่าง ๆ ในโรงพยาบาล และเมื่อเด็กเกิดความกลัวหรือความวิตกกังวลในเรื่องใดเด็กก็ จะหมกมุ่นอยู่แต่ในเรื่องนั้น ทำให้ความสามารถในการทำงานลดน้อยลงกว่าเดิม และมีช่วงความสนใจในการทำงานต่ำ (Prugh, and others, in Hoffman and Hoffman, eds. 1964 : 112-114) มาลโม (Malmo 1966)

ก็ได้อีกว่า เมื่อบุคคลมีความวิตกกังวลอยู่ในระดับหนึ่ง บุคคลนั้นจะมีความสามารถในการทำงานเพิ่มขึ้น แต่ถาบุคคลนั้น มีความวิตกกังวลเพิ่มขึ้นเกินจุดนี้แล้ว ความสามารถในการทำงานของบุคคลนั้นก็ค่อย ๆ ลดต่ำลง เพราะฉะนั้นจะเห็นได้ว่า ความวิตกกังวลในระดับหนึ่งเท่านั้นที่มีประโยชน์ต่อการแก้ปัญหาในงานที่ซับซ้อน แต่ถาบุคคลใดมีความวิตกกังวล หรือมีความตื่นเต้นสูงเกินไปก็จะทำให้ความสามารถในการทำงานลดต่ำลง นอกจากนี้ ซาราซอน (Sarason 1958, 1960) ยังได้ทำการศึกษาโดยการสังเกตเด็กชายที่มีความวิตกกังวลสูงขณะที่อยู่ในห้องเรียน พบว่า เด็กชายที่มีความวิตกกังวลสูงจะแสดงอาการวอกแวก ไม่เอาใจใส่ต่องานที่เเคยทำ ชอบที่จะทำงานอย่างอื่นที่ไม่ใช่งานที่ให้ทำนั้นมากกว่า เด็กชายที่มีความวิตกกังวลต่ำกว่า สำหรับเด็กหญิงที่มีความวิตกกังวลสูงนั้นจะมีอาการวอกแวกน้อยกว่าเด็กชาย ซาราซอนยังได้กล่าวด้วยว่า เมื่อเด็กมีความวิตกกังวลสูงขึ้นถึงจุดหนึ่งจะทำให้เด็กเรียนรู้ได้เร็วและเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม แต่ถาความวิตกกังวลสูงขึ้นมาเกินจุดนี้แล้ว ความวิตกกังวลจะเป็นตัวรบกวนทำให้ความสามารถในการเรียนรู้ลดลง (Kennedy 1971 : 397, 398) เช่นเดียวกัน คาสตาเนตา ปาเลอโม และแมค แคนคเลส (Castaneda, Palermo and Mc Candless 1956) ก็ได้กล่าวว่ จากการใช้แบบทดสอบ Children's Manifest Anxiety Scale พบว่า เด็กที่มีความวิตกกังวลสูงจะสามารถทำงานที่ไม่ซับซ้อนได้ดีกว่าเด็กที่มีความวิตกกังวลต่ำกว่า แต่ถางานที่ให้ทำนั้นมีความซับซ้อนมากขึ้น เด็กที่มีความวิตกกังวลต่ำกว่าจะทำได้ดีกว่าเด็กที่มีความวิตกกังวลสูง (Thompson) 1962 : 305-306)

3. ความกลัว

เจอร์ซิล มาร์กและเจอร์ซิล (Jersild, Markey and Jersild 1933) พบว่า ความกลัวของเด็กชงอายุ 5-12 ปี จะเป็นความกลัวในสิ่งที่ไม่ม่จริง (Unrealistic) โดยการศึกษาสัมภาษณ์เด็กที่อยู่ในช่วงอายุ 5-12 ปี จำนวน 400 คน พบว่า เด็กเหล่านี้จะมีความกลัวเกี่ยวกับสิ่งที่เขานึกฝันเอาเอง เช่น กลัวความมืด กลัวการอยู่คนเดียว โดยทั้งหมดนี้จะมีอยู่ประมาณ 20 % ของความกลัวที่มีในเด็ก อีก 10 % จะเป็นการกลัวขโมย กลัวคนไม่ตี



กล้วอันตรายต่าง ๆ เช่น กล้วสุนัขป่า กล้วเสือ และมีความกลัวเหล่านี้มีแนวโน้มว่า จะมีเพิ่มมากขึ้นตามระดับอายุ จะมีสูงมากที่สุดในช่วงอายุ 5-6 ปี (Jersild, Markey and Jersild, in Watson and Lindgren, eds. 1973 : 373.)

จะเห็นได้ว่าเด็กที่เจ็บป่วยและต้องเข้ารับการรักษาอยู่ในโรงพยาบาล จะเกิดความวิตกกังวลต่อการแยกจากพ่อแม่ เด็กจะกลัวการที่จะต้องเข้าไปอยู่ใน โรงพยาบาลคนเดียวและกลัวต่อประสบการณ์ใหม่ ๆ ที่เด็กได้พบเห็นในโรงพยาบาล เช่น เครื่องมือแพทย์ การรักษาพยาบาล นอกจากนี้เมื่อเด็กเห็นอาการของผู้อื่น คนอื่น อาจทำให้เด็กนึกฝันไปเองว่าตัวเองจะมีอาการ เป็นอย่างนั้น ซึ่งจะทำให้เด็ก เกิดความกลัว วิตกกังวล และคิดหมกมุ่นอยู่แต่ในเรื่องอาการเจ็บป่วยของตน ทำให้ การแก้ปัญหาไม่ดี ความสามารถในการทำงานลดต่ำลง และมีช่วงความสนใจในการ ทำงานต่ำ

จากที่กล่าวมาทั้งหมดนี้ จะเห็นได้ว่าการให้จิตบำบัดด้วยการเล่นเป็นวิธีการ อย่างหนึ่งซึ่งช่วยให้เด็กได้ระบายอารมณ์ และความรู้สึกต่าง ๆ ซึ่งมีผลทำให้ความกลัว และความวิตกกังวลของเด็กลดลงกว่าเดิม ไม่คิดหมกมุ่นอยู่แต่ในเรื่องใดเรื่องหนึ่งนั้น เด็กจึงมีสมาธิ สามารถทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพสูงขึ้นกว่าเดิม ทั้งนี้ตัวที่ช่วยให้เห็น ถึงประสิทธิภาพของการทำงานได้โดยคจากช่วงความสนใจ ปริมาณงาน และความ ถูกต้องของงาน ดังนั้นในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยจึงศึกษาถึงประสิทธิภาพในการทำงาน ของเด็กเมื่อได้รับจิตบำบัดด้วยการเล่นแล้ว โดยจะศึกษาในแง่ของช่วงความสนใจ ปริมาณงาน และความถูกต้องของงาน การที่ศึกษาทั้ง 3 อย่างนี้ประกอบกัน เนื่อง มาจากถ้าจะศึกษาเฉพาะอย่างใดอย่างหนึ่งอาจทำให้ไม่ได้ประสิทธิภาพในการทำงาน ของเด็กอย่างแท้จริง กล่าวคือ

1. ศึกษาเฉพาะช่วงความสนใจ เด็กบางคนอาจจะมีช่วงความสนใจ ในการทำงานสูงขึ้นกว่าเดิม สามารถทำงานได้เวลานานขึ้น แต่งานที่ทำได้นั้น อาจจะถูกต่องบางเล็กน้อย หรือไม่ถูกต้องเลย นั่นคือ ค่าความถูกต้องของงาน ลดต่ำลงกว่าเดิม

2. ศึกษาเฉพาะปริมาณงาน สำหรับเด็กบางคนงานที่ให้ทำนั้นอาจจะ

เป็นงานที่ง่าย และไม่ซับซ้อน ดังนั้นเด็กอาจจะทำงานนั้นไปโดยอัตโนมัติ นั่นคือเด็กจะทำงานไปเรื่อย ๆ โดยไม่ต้องใช้ความคิด หรือความเอาใจใส่ต่องานนั้นมาก ก็สามารถทำงานได้ปริมาณงานสูงขึ้นกว่าเดิม กล่าวคือ เด็กจะทำงานได้ปริมาณงานสูงขึ้นกว่าเดิม โดยที่ขณะนั้นเด็กยังคงมีความคิดหมกมุ่นหรือมีความวิตกกังวลต่อกรเจ็บป่วยของตนอยู่

3. ศึกษาเฉพาะความถูกต้องของงาน เด็กบางคนอาจจะเกิดความคุ้นเคยต่องานที่ให้ทำนั้นมาก่อนแล้ว ดังนั้นเขาจึงทำงานได้งานที่ถูกต้องมากขึ้นกว่าเดิม ในช่วงระยะเวลาที่สั้นกว่าเดิม โดยไม่ต้องใช้ความคิด หรือความเอาใจใส่ต่องานนั้นมาก

จากที่กล่าวมานี้ ผู้วิจัยคิดว่าควรดูช่วงความสนใจ ปริมาณงาน และความถูกต้องของงาน ทั้ง 3 อย่างประกอบกัน เพื่อได้ประสิทธิภาพในการทำงานของเด็กอย่างแท้จริง

ปัญหาในการวิจัย

ผู้วิจัยต้องการศึกษาว่า การให้จิตบำบัดด้วยการเล่น ร่วมกับการให้เด็กเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ที่ทางโรงพยาบาลจัดไว้ให้ตามปกติ กับการให้เด็กเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ที่ทางโรงพยาบาลจัดไว้ให้ตามปกติเพียงอย่างเดียว จะทำให้ช่วงความสนใจ ปริมาณงาน และความถูกต้องของงานที่เด็กได้รับมอบหมายให้ทำเป็นอย่างไรบ้าง

ตัวแปรในการวิจัย

ตัวแปรต้น คือ การให้จิตบำบัดด้วยการเล่น

ตัวแปรตาม คือ ช่วงความสนใจ ปริมาณงาน ความถูกต้องของงาน

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

วัตถุประสงค์ทั่วไป เพื่อศึกษามูลของจิตบำบัดด้วยการเล่นที่มีต่อ

ช่วงความสนใจ ปริมาณงาน และความถูกต้องของงานของเด็กป่วยเรื้อรังในโรงพยาบาล

วัตถุประสงค์เฉพาะ เพื่อเปรียบเทียบช่วงความสนใจ ปริมาณงาน และความถูกต้องของงานของผู้รับการทดลองแต่ละคนในช่วงก่อนและหลังการเข้ารับการทดลอง โดยแบ่งกลุ่มดังนี้

1. กลุ่มทดลอง ให้จิตบำบัดด้วยการเล่น ร่วมกับการให้เด็กเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ที่ทางโรงพยาบาลจัดไว้ให้ตามปกติ
2. กลุ่มควบคุม ให้เด็กเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ที่ทางโรงพยาบาลจัดไว้ให้ตามปกติเพียงอย่างเดียว

สมมติฐานของการวิจัย

ผู้รับการทดลองที่ได้รับจิตบำบัดด้วยการเล่น ร่วมกับการได้เข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ที่ทางโรงพยาบาลจัดไว้ให้ตามปกติ จะมีช่วงความสนใจ ปริมาณงาน และความถูกต้องของงานสูงขึ้นกว่าเดิม

คำจำกัดความในการวิจัย

1. จิตบำบัดด้วยการเล่น (Play Therapy) คือ การเล่นที่มีผู้ให้การบำบัดอยู่ในห้องเล่นด้วย โดยให้เด็กเล่นของเล่นในห้องเล่นที่ผู้ให้การบำบัดจัดของเล่นไว้ให้ ให้เด็กเป็นผู้เลือกของเล่นและวิธีเล่นของเล่นเอง ผู้ให้การบำบัดจะเป็นผู้ติดตาม สังเกต ทำตาม และคอยรับฟังเรื่องราวต่าง ๆ ที่เด็กพูดหรือเล่าให้ฟัง โดยผู้ให้การบำบัดจะแสดงการยอมรับในตัวเด็กทั้งทางสีหน้า แววตา ท่าทางหรือคำพูด ผู้ให้การบำบัดอาจทวนคำพูด หรือสะท้อนคำพูดและความรู้สึกที่เด็กแสดงออก เพื่อช่วยให้เด็กเข้าใจตนเองดีขึ้น ผู้ให้การบำบัดจะไม่บอกหรือเร่งรัดเด็กให้ทำในสิ่งต่าง ๆ ตามความคิดของผู้ให้การบำบัด

2. เด็กป่วยเรื้อรังในโรงพยาบาล (Chronic Hospitalized Children) คือเด็กที่ป่วยเป็นโรคเรื้อรัง หรือโรคที่ไม่สามารถรักษาให้หายได้ และต้องเข้ารับการรักษายู่ในโรงพยาบาลเป็นเวลานานอย่างต่ำไม่น้อยกว่า 3 สัปดาห์

3. ช่วงความสนใจ (Attention Span) คือช่วงเวลาที่เกิดให้ ความสนใจและตอบสนองต่อการเรียงภาพปะติดปะต่อจากลูกเต๋าที่จัดให้เด็กเล่น

4. ปริมาณงาน (Amount of Work) คือจำนวนชิ้นบล็อกของภาพ ปะติดปะต่อจากลูกเต๋าทั้งหมดที่เด็กนำมาต่อเรียงกัน ทั้งที่ทำได้ถูกต้องตามตัวอย่าง ที่ใหญ่และที่ทำผิด

5. ความถูกต้องของงาน (Accuracy of Work) คือจำนวนชิ้นบล็อก ของภาพปะติดปะต่อจากลูกเต๋าที่เด็กทำได้ถูกต้องตรงตามตัวอย่างที่ใหญ่

ขอบเขตของการวิจัย

ในการศึกษานี้จะศึกษาถึงผลของจิตบำบัดด้วยการเล่น ร่วมกับการ ให้เด็กได้เข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ที่ทางโรงพยาบาลจัดไว้ให้ตามปกติ กับการให้ เด็กเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ที่ทางโรงพยาบาลจัดไว้ให้ตามปกติเพียงอย่างเดียว ที่มีต่อช่วงความสนใจ ปริมาณงาน และความถูกต้องของงาน กลุ่มตัวอย่างประกอบด้วย เด็กชายและเด็กหญิง จำนวน 6 คน อายุ 7-9 ปี ป่วยเป็นโรคเรื้อรัง หรือ โรคที่ไม่สามารถรักษาให้หายได้ เด็กจะต้องอยู่ในโรงพยาบาลก่อนได้รับการทดลอง อย่างน้อยเป็นเวลา 1 สัปดาห์ และจะอยู่ในโรงพยาบาลต่อไปอีกอย่างน้อย 2 สัปดาห์ เด็กเหล่านี้เข้ารับการรักษาในตึกเด็กป่วยเฉพาะโรคต่าง ๆ ซึ่ง มักเป็นโรคเรื้อรังของโรงพยาบาลเด็ก

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัย

1. เพื่อสนับสนุนความสำคัญของการใช้จิตบำบัดด้วยการเล่นกับเด็ก ที่ต้องอยู่ในโรงพยาบาลเป็นเวลานาน ๆ
2. บุคลากรด้านจิตเวชจะได้นำจิตบำบัดด้วยการเล่นไปใช้กับเด็กที่มี ปัญหาทางพฤติกรรม หรือมีปัญหาทางอารมณ์อย่างกว้างขวางขึ้น
3. เพื่อเป็นแนวทางสำหรับการวิจัยต่อไป