



บทที่ ๔

การฟื้นฟูและการป้องกันการ เป็นปัญญาอ่อน^๑

๑) การฝึกอบรมบุคคลปัญญาอ่อน

การเตรียมตัวบิดามารดา

โดยทั่วไปแล้วบิดามารดามักมีความสนใจใน เรื่องการ เป็นปัญญาอ่อนของบุตรและ ไม่ค่อยยอมรับสภาพการ เป็นปัญญาอ่อน เพราะทำให้คิดว่าเป็นข้อบกพร่องของตนเอง ซึ่งจะทำให้สูญเสีย ความภาคภูมิใจและรู้สึกว่าตัวเองต้องด้อยลงไป และมักชอบอ้างว่าปัญญาอ่อนนั้น เนื่องมาจากโรคทาง กาย ประสาทพิการ ความกดดันทางสมอง ความบีบคั้นทางอารมณ์ หรือข้อบกพร่องอื่น ๆ ของร่างกาย มักจะอ้างว่าเด็กในวัย เรียนที่ เรียนรู้ได้ช้า นั้น เพราะการสอนไม่มีประสิทธิภาพ มีจำนวนนักเรียนในชั้น เรียนมากเกินไป หรืออุปกรณ์การสอนไม่เพียงพอ ซึ่งข้ออ้างเหล่านี้หลายประการอาจจะไม่ถูกต้องก็ตาม แต่ทางด้านแพทย์ถือว่า บิดามารดาควรจะมีโอกาสได้แสดงความคิดเห็น เกี่ยวกับปัญหาในทุก ๆ ด้าน และ แพทย์ควรจะได้รับฟังและทำความเข้าใจกับความคิดเห็นของบิดามารดาในขณะที่ เขาแสดงความหวังหรือ ความปรารถนาในตัวบุตร หน้าที่ของการแพทย์คือ การช่วยให้บิดามารดาได้รับรู้ถึงสมรรถวิสัยทางสมอง และสภาพที่แท้จริงของเด็ก สำหรับบิดามารดาไม่ควรจะคาดหวังว่าบุตรของตนจะศึกษาจนถึงระดับ อุดมศึกษา เพราะโดยสภาพที่แท้จริงแล้ว เด็กนั้นไม่สามารถจะ เรียนได้สำเร็จแม้ในชั้นประถมศึกษา

การเปิดเผยข้อเท็จจริงไม่ได้ช่วยให้ความกระวนกระวายใจ ความผิดหวัง ความ กลียดชังหรือความคับข้องใจของบิดามารดาหมดไปได้ แต่อาจมีแนวโน้มทำให้ภาวะความ ตึงเครียดในครอบครัวร้ายแรงยิ่งขึ้น จนกว่าจะ เข้าใจปัญหาอย่างแท้จริง อย่างไรก็ตามการสัมภาษณ์

^๑Newton Kugelmass, The Management of Mental Deficiency in Children, (London:Grume and Stratton, 1954), pp.233 - 253.

บิดามารดาไม่ควรให้เด็กอยู่ในที่นั้นด้วยเพื่อจะได้ทราบการ เป็นปัญหาอ่อนของเด็กได้ทุกลักษณะ การแปลความหมายทางการแพทย์ควรจะสะท้อนให้เห็นความ เชื่อมั่นส่วนบุคคลในเรื่องนิสัยใจคอ ความรุนแรงและแนวความคิดเกี่ยวกับความไม่สมบูรณ์ทางสมอง โครงการอายุรเวชที่วางไว้ควร คำถึงสาเหตุที่อาจเป็นไปได้ของการเป็นปัญหาอ่อนของเด็กในทุกแห่งทุกมุม เปิดโอกาสให้บิดามารดาแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับสมมุติฐานของโรค เพื่อเป็นพื้นฐานให้แพทย์ได้ทาวชิแก้ไขความ เข้าใจผิดเกี่ยวกับพันธุกรรม กิจกรรมทางเพศ ประสบการณ์ก่อนเกิดอุบัติเหตุในขณะคลอด การ คลอดบุตร และอื่น ๆ นั้นมีส่วนที่เป็นจริงอยู่บ้าง แต่สิ่งเหล่านี้ก็ไม่อาจอธิบายความพิการของเด็ก ได้ทั้งหมด บิดามารดาซึ่งเป็นผู้รู้ความจริงดังกล่าวส่วนหนึ่งจะรู้สึกว่าตนผิดและปิดบังความภายในใจ ไว้ซึ่งจะเป็นการบั่นทอนความก้าวหน้าในการรักษาพยาบาลและการฝึกอบรมบุตร

บิดามารดาจะต้องปฏิบัติตามโครงการฝึกหัดที่เกิดจากการยอมรับภายหลังการ วิจัยว่าบุตรเป็นปัญหาอ่อน จะต้องเข้าใจว่าการเป็นปัญหาอ่อนนั้นมิใช่เป็นเพราะขาดการสั่งสอน หรือขาดเครื่องส่งเสริมหากแต่เป็นเพราะขาดสติปัญญาความ เฉลียวฉลาด เด็กปัญหาอ่อนนั้นไม่พร้อม ที่จะเรียนรู้การฝึกสอนในชั้นสูง เกินกว่าระดับสติปัญญาที่แท้จริงของเด็กจะรับได้ จะทำให้เป็นอันตราย อย่างยิ่ง แม้ว่าเด็กอายุ ๔ ขวบ แต่หากมีระดับการพัฒนาเหมือนเด็กอายุ ๒ ขวบ เราก็ควรปฏิบัติ ต่อเขาเหมือนเด็กอายุ ๒ ขวบ บิดามารดาจะต้องยอมรับบุคลิกภาวะของเด็กและไม่ควรเอาใจใส่กับอายุ ที่แท้จริงเพื่อเป็นการรักษาสุขภาพจิต แต่ข้อบกพร่องของเด็กปัญหาอ่อนไม่ได้ทำให้เขาสมควรได้รับสิทธิ พิเศษใด ๆ เลยนั้น การกระตุ้นให้บิดามารดาจัดสถานที่ที่สมควรให้แก่เด็กในฐานะที่เป็นสมาชิกคนหนึ่ง ในครอบครัวเท่านั้นมิให้สำคัญไปกว่าสมาชิกคนอื่น ๆ การอุทิศตนหรือเอาใจใส่กับเด็กมากเกินไป ไม่เกิดประโยชน์อะไรเลย การรู้สึกว่าตนผิดหรือความรู้สึกต่อปัญหาจะนำไปสู่การ เสียสละที่ไม่จำเป็น สำหรับเด็กพิการ ความเศร้าหรือการเสียสละที่มากเกินไปจะไม่ทำให้อะไรดีขึ้น บิดามารดาจะต้อง ยอมรับเด็กในฐานะสมาชิกที่ไม่สมบูรณ์ (พิการ) ของครอบครัว และปฏิบัติต่อเขาให้เท่าเทียมกับสมาชิก คนอื่น ๆ ให้สิ่งที่เหมาะสมสำหรับเขาและมิให้หนีออกหนีไปจากโครงการฝึกอบรมเฉพาะตัว

สิ่งแรกที่บิดามารดาควรคำนึงถึงก็คือ ความสมบูรณ์ทางร่างกายของเด็ก โดยพิจารณาว่า พัฒนาการทางสุขภาพของเด็กต้องดีกว่าบิดามารดาหรือไม่ มาตรการต่าง ๆ ที่จะเร่งพัฒนาการควรจะมีลักษณะที่แตกต่างเฉพาะตัว เพื่อให้เด็กบรรลุวุฒิภาวะอย่างสมบูรณ์ที่สุดในระดับอายุที่แท้จริงของเขา โดยการให้อาหารที่มีคุณค่าอย่างเพียงพอ สุขวิทยาส่วนบุคคล การฝึกนิสัย การผ่อนคลายทางประสาท และการเล่นเป็นกลุ่ม เด็กปัญญาอ่อนจะต้องได้รับการสอนให้รู้จักการป้องกันตัวเองจากอันตราย ปฏิบัติภารกิจประจำวัน การปรับตัวให้เข้ากับชีวิตประจำวัน และมีความพยายามจะทำให้ตนให้เป็นประโยชน์ในอนาคต หากปล่อยให้เด็กปัญญาอ่อนทำอะไรตามสติปัญญาของเขาเราจะพอใจความพยายามของเขา การหมกมุ่นอยู่กับตนเอง เอาแต่ใจตนเอง ดังนั้น เราควรชักนำให้เด็กหันเหออกไปสู่สิ่งแวดล้อม เพื่อจะได้พลเมืองที่เป็นประโยชน์

การฝึกหัดจะต้องดำเนินไปทุกระยะ การสอนเด็กปัญญาอ่อนจะต้องใช้เวลานาน ๒ - ๓ เท่าของการสอนเด็กปกติ แต่ผลระยะยาวนั้นคุ้มค่า ผลเหล่านี้เพิ่มพูนขึ้นทีละน้อย ๆ ความรู้ที่รวบรวมขึ้นเป็นผลมาจากการเรียนรู้ประจำวันและจะสะท้อนให้เห็นถึงความก้าวหน้าทั้งหมด เด็กปัญญาอ่อนควรจะได้เข้าโรงเรียนของรัฐบาลหรือเอกชนในระยะต่อมา ความก้าวหน้าในการเรียนรู้ของตนเองเท่านั้น มิใช่เปรียบเทียบกับเด็กอื่น ๆ ไม่ว่าจะเป็นเด็กปัญญาอ่อนด้วยกันหรือเด็กปกติ

การฝึกหัดงานด้านพัฒนาการ

ความเจริญเติบโตทางสติปัญญา เป็นผลมาจากแรงขับเคลื่อนภายในและภายนอก แรงขับเคลื่อนภายใน เป็นแรงขับเคลื่อนธรรมชาติที่เกิดจากประสาทสมองชั้นสูงกว่าส่วนแรงขับเคลื่อนภายนอก ซึ่งได้รับมาจากประสาทรับความรู้สึกโดยที่ประสาทส่วนหนึ่งจะเป็นตัวกำหนดกระบวน (pattern) การแสดงปฏิกิริยาของเด็กและอีกส่วนหนึ่งเป็นแหล่งพฤติกรรมการเรียนรู้ หลังการฝึกแล้วพัฒนาการของเด็กจะเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา แต่ไม่ใช่ในลักษณะที่เราจะสังเกตได้ในเด็กปกติ เด็กปัญญาอ่อนจะต้องเรียนรู้งานอื่นที่เหมาะสมแก่วัยในระดับหนึ่งของอายุก่อนที่จะมีการพัฒนาในขั้นต่อไป การฝึกหัดจะกระตุ้นพัฒนาการในสมองของเขาเป็นไปตามลำดับที่ละชั้น ๆ แต่เราไม่สามารถผลักดัน

ให้เด็ก เหนือไปกว่าสมรรถวิสัยทางร่างกายโดยไม่ต้องเผชิญกับอันตรายอันเกิดจากความไม่สมดุลย์ทางอารมณ์ในทางตรงข้ามถ้าเราลดความพยายามของเขาและฝึกหัดตามความสามารถของเขา ก็จะเป็นการลดความตึงเครียดทางอารมณ์ ซึ่งอันนี้ไม่เพียงแต่นำมาใช้เฉพาะเรื่องความสามารถทางปัญญาเท่านั้น หากยังนำมาใช้กับงานที่เกี่ยวกับอารมณ์ สังคม และศีลธรรม ซึ่งจะพัฒนาขึ้นในแต่ละช่วงของการเจริญเติบโตทั้งวัยทารก วัยเด็ก และวัยรุ่น โดยแบ่งออกดังนี้.-

๑. ในช่วง ๖ ปีแรกสร้างงานพัฒนาการดังนี้คือ ฝึกให้กินอาหารแข็ง ฝึกเดิน ฝึกดูจากระและปีสสาวะให้เป็นเวลา เรียนรู้ความแตกต่างระหว่างเพศ เรียนรู้ความเป็นจริงของร่างกาย รู้จักสัมพันธ์กับบิดามารดา ญาติพี่น้อง รู้จักแยกแยะความถูกต้อง ความผิด

๒. ในช่วง ๖ ปีที่สอง สร้างงานพัฒนาการดังนี้คือ เรียนรู้ทักษะในการช่วยเหลือตนเอง เรียนรู้ทัศนคติที่ดีต่อคนอื่น รู้จักเข้ากับเพื่อนรุ่นเดียวกัน รู้จักบทบาทของเพศที่เหมาะสม พัฒนาการอ่าน เขียน และคำนวณ พัฒนาความคิดที่จำเป็นต่อชีวิตประจำวัน พัฒนาความรู้สึกผิดชอบ ศีลธรรมจรรยา และคุณค่าต่าง ๆ พัฒนาทัศนคติต่อสถาบันต่าง ๆ

๓. ในช่วง ๖ ปีที่สาม สร้างงานพัฒนาการดังนี้คือ การยอมรับสภาพทางร่างกายและบทบาทของบุคคลที่เป็นเพศหญิงและชาย พัฒนาความสัมพันธ์ต่อเพื่อนร่วมรุ่นทั้งสองเพศ แสดงความเป็นอิสระทางอารมณ์จากบิดามารดา เตรียมตัวประกอบอาชีพ ความประพฤติรับผิดชอบทางสังคม

เด็กปัญญาอ่อนสามารถได้รับการฝึกภายในขอบเขตความสามารถที่เขามีอยู่ ซึ่งขอบเขตความสามารถนั้นแคบกว่าที่เราคิด บิดามารดาจะไม่รู้ว่าเขาสามารถทำอะไรกับเด็กปัญญาอ่อนได้จนกว่าจะได้พยายาม จะต้องใช้ความกระตือรือร้นอย่างแท้จริงในการที่จะขยายขอบเขตความสามารถและต้องฝึกหัดอย่างจริงจังในการที่จะเปลี่ยนแปลงความสามารถที่มีอยู่ในตัวบุคคลให้เกิดเป็นพลังที่เคลื่อนไหว เด็กปัญญาอ่อนเริ่มต้นทำในสิ่งที่เขาไม่คิดว่าเขาจะทำได้ และจะทำต่อไป โดยการตัดสินใจด้วยตนเอง ในแต่ละช่วงของการเจริญเติบโตได้ก่อให้เกิดสิ่งนี้อาจเป็นไปได้สำหรับความก้าวหน้าดังกล่าว ซึ่งถูกเร่งโดยการอบรมนิสัยที่เหมาะสมและถูกชักชวนโดยนิสัยที่ไม่เหมาะสม

นิสัยคือกระสวนพฤติกรรมที่ได้รับมาจากประสบการณ์ที่ซ้ำ ๆ กันเป็นประจำ
 นิสัยกลายเป็นวิธีการปฏิบัติ วิธีรับรู้ และวิธีคิดของเด็ก นิสัยจึงเปรียบเสมือนเชือกที่เด็กได้ผูก
 เส้นด้ายไว้ทุก ๆ วัน จนในที่สุดก็ไม่สามารถแกะได้ การสร้างนิสัยขั้นแรกต้องเชื่อมสิ่งกระตุ้นเข้ากับ
 การตอบสนอง จากนั้นจึงสานการตอบสนองเข้ากับกระสวนชีวิต บิดามารดาจะต้องเลือกสิ่งกระตุ้น
 ที่เหมาะสม เพื่อจะได้เกิดการตอบสนองที่ถูกต้อง หากเด็กประพฤติดังไม่เหมาะสม บิดามารดาจะ
 ต้องขจัดสิ่งกระตุ้นที่ทำให้เกิดการตอบสนองที่ผิดพลาดนั้นเสีย หากมีการเสนอสิ่งกระตุ้นที่เหมาะสม
 อย่างจริงจังเป็นบางครั้งบางคราว หรืออย่างผิวเผินหลาย ๆ ครั้ง เด็กก็อาจมีการตอบสนองต่อ
 สิ่งกระตุ้นนั้น

เด็กปัญญาอ่อนจะต้องฝึกหัดต่อไปเพื่อจะได้พัฒนานิสัยตามที่ปรารถนา สิ่งที่บิดา
 มารดาควรทำขั้นแรกคือ คิดถึงระดับการพัฒนาของเด็ก และให้โอกาสเด็กได้ปฏิบัติ และมี
 ประสบการณ์โดยปราศจากการกระตุ้นก่อนกำหนดอันควร หรือกระตุ้นกลไกที่ยังไม่เจริญเติบโต
 มากเกินไป เด็กจะต้องได้รับการฝึกหัดอย่างเอาใจใส่ในแต่ละวิธีการใหม่ ๆ ของการดูแลตนเอง
 จนกระทั่งมองเห็นสภาพการณ์ที่เหมาะสม สร้างสถานการณ์ซึ่งสนับสนุนความสำเร็จของประสบการณ์
 ประจำวัน เช่น การขว้างปา การส่งเสียงดังของเด็ก ประสานกับกลไกที่จะสะท้อนกับศูนย์กลาง
 ส่วนนอก เขาต้องการที่จะทำสิ่งเหล่านั้นจนกว่าจะภูมิใจฉะนั้นจะสูญเสียเครื่องประสานการพัฒนา
 การ

บิดามารดาจะต้องเรียนรู้เพื่อจะเข้าใจเด็กปัญญาอ่อน เพื่อให้ทราบว่ามิอะไร
 เกิดขึ้นในความคิดของเด็ก เพื่อให้เข้าใจสาเหตุแห่งพฤติกรรมของเด็ก บิดามารดาจะต้องรู้จัก
 แยกแยะระหว่างวิธีการฝึกหัดที่ถูกต้องและผิด เนื่องจากบิดามารดาที่เป็นคนที่มีปัญหาคือ จึงต้องเรียนรู้
 ที่จะเข้าใจตัวเอง เพื่อจะเอาชนะความสงสัยของเขา เพื่อช่วยให้มีทัศนคติทางด้านความเชื่อมั่น
 ต่อเด็กปัญญาอ่อน เขาจะต้องเปลี่ยนแปลงความคิด และปฏิรูปวิธีการฝึกหัดในแต่ละชีวิต ความประพฤติ
 ของเด็ก เป็นผลจากความประพฤติของบิดามารดา

การเลี้ยงดูเป็นปฏิกริยาทางชีววิทยาระหว่างเด็กและบิดามารดา กระบวนการ
ซึ่งเป็นผลลัพธ์จะเป็นพื้นฐานในการสร้างกระบวนการของเด็กร เด็กเล็กจะพัฒนาทัศนคติต่อ
ตัวเองและผู้อื่นตามระดับสติปัญญาของบิดามารดาในการเลี้ยงดูพวกเขา ซึ่งทัศนคติถูกกำหนดโดย
ความสัมพันธ์ต่าง ๆ เช่น ความเอาใจใส่ในเรื่องสุขภาพ การแสดงออกทางอารมณ์ การตอบ
สนองของบิดามารดา การกระตุ้นในทางที่ดี ความสับสนข้องใจที่น้อยที่สุด

การฝึกให้ทำงานประจำวัน

สิ่งจำเป็นประการแรกของการสร้างนิสัยที่ดี คือ กิจกรรมประจำวัน บิดามารดา
จะต้องเริ่มต้นก่อนตามกำหนดเวลาที่จัดไว้เป็นระเบียบดีแล้ว ซึ่งหมายถึงการทำสิ่งเดียว ในสถานที่
เดียวกันและในเวลาเดียวกันของแต่ละวัน ซึ่งสามารถจะทำให้เด็กเรียนรู้กิจกรรมแต่ละอย่างและ
จะทำให้เขาทำให้เป็นนิสัยโดยไม่ต้องคิด และควรจะสอนงานแต่ละอย่างเป็นขั้น ๆ ไปภายในขอบ
เขตของความสามารถทางสมองของเด็ก เครื่องพิสูจน์ที่ดีที่สุดก็คือความสนใจ และความเต็มใจ
ที่จะเรียนรู้ เมื่อเด็กได้รับความพอใจจากการกระทำเขายินดีที่จะทำต่อไปโดยไม่ต้องการความช่วยเหลือ
เหลือ ถึงแม้ในบางครั้งจะละความสนใจไปบ้าง แต่การกระทำที่ซ้ำ ๆ กันทุกวัน จะเป็นสิ่งแสดง
ถึงการสร้างนิสัย

ในการฝึกควรจะสาธิตการกระทำทุก ๆ อย่าง เพราะเด็กจะได้เห็นและเข้าใจ
โดยอัตโนมัติ การอธิบายอย่างเดียวเด็กไม่ค่อยสนใจฟัง การสาธิตจะต้องทำนาน ๓ - ๔ เท่า
ของการสาธิตให้เด็กปฏิบัติ ไม่ว่าจะงานอะไรก็ตามจะสามารถทำให้เป็นนิสัยได้ ถ้าเด็กสามารถเห็น
และรู้สึกถึงสิ่งที่จะต้องได้ของความสำเ็จ รอยยิ้มที่แสดงความพอใจ คำพูดที่ให้กำลังใจ จะทำให้
เด็กมีพลังใจที่จะดำเนินต่อไป เด็กต้องการการดูแลต่อไปในการแนะนำงานแก่เขา บางครั้งความ
คิดของเขาอาจจะล่องลอยไปและอาจลืมสิ่งที่เขาดังต้นจะทำ ดังนั้นกิจกรรมทุกอย่างจะต้องทำซ้ำ ๆ
กันหลาย ๆ ครั้ง ก่อนที่เขาจะทำได้อย่างคล่องแคล่ว ยิ่งบิดามารดาเข้าใจสิ่งที่จะกระตุ้นพฤติกรรม
ของเด็กมากเท่าไร ก็ยิ่งสามารถให้คำแนะนำเกี่ยวกับพฤติกรรมมากยิ่งขึ้น

การฝึกให้อุจจาระเป็นเวลา

การฝึกหัดจนเป็นนิสัยสำหรับเด็กปฐมวัยที่มีความจำเป็นมาก เป็นที่น่าประหลาดใจว่า สิ่งใดสิ่งหนึ่งจะสำเร็จลุล่วงได้ด้วยการฝึกหัดเป็นประจำ ควรจะให้ทารกได้นั่งโถในที่ที่ เขาจะสามารถนั่งได้คนเดียว หากเขามีการเคลื่อนไหวอยู่เสมอหลังอาหารเข้า ก็ควรจะให้เขานั่งโถในเวลานั้นประมาณ ๕ นาที ส่วนเวลาอื่นมารดาควรจะให้นั่งเมื่อเห็นท่าทางของเขา หากการเคลื่อนไหวของเขาไม่สม่ำเสมอก็จะต้องเลื่อนการฝึกออกไป เมื่อได้ฝึกต่อไปก็ควรจะให้เด็กได้นั่งโถอย่างสม่ำเสมอเมื่อตื่นนอน ก่อนนอนและหลังอาหาร และเวลาที่บิดามารดาออกไป ขับทึกเวลาที่เด็กต้องการจะไปห้องน้ำ จะทำให้สามารถจัดเวลาการฝึกในตอนกลางคืนได้

เด็กปฐมวัยจะไม่สามารถแยกได้ว่า เขาจะอุจจาระหรือปัสสาวะ บิดามารดาควรจะระลึกว่าหากเด็กเกิดความรู้สึกเหน็ดเหนื่อย ตื่นเต้น หรือจะถูกลงโทษในการนั่งโถแล้ว เขาอาจจะไม่ยอมรับการฝึกหัดในขั้นต่อไปก็ได้ การเน้นการขับถ่ายอุจจาระและปัสสาวะในช่วงอายุ ๓ - ๔ ขวบ จะไม่เป็นอุปสรรคต่อการฝึกหัดเด็กจะร่วมมืออย่างเพียงพอเมื่ออายุ ๓ ขวบ ในการที่จะทำความสะอาดในระหว่างวัน และการกระทบกระเทือนทางอารมณ์จะก่อให้เกิดอุปสรรคเสมอ ซึ่งจำเป็นต้องระวัง

การฝึกควบคุมการปัสสาวะ

การควบคุมการปัสสาวะที่เหมาะสมเป็นสิ่งที่ยากที่สุดของเด็กปฐมวัย การสั่งสอนจะกระทำได้เมื่อระบบประสาทและกล้ามเนื้อของเด็กเจริญเติบโตพอที่จะเข้าใจจุดประสงค์ของโครงการฝึกหัด เขาจะต้องสามารถหยั่งรู้ความสำเร็จและล้มเหลว เขาจะต้องรู้สึกถึงการแข็งของกระเพาะปัสสาวะ เด็กสามารถกลั้นปัสสาวะในช่วงเวลานานกว่าและในที่สุดจะควบคุมปัสสาวะในตอนกลางคืนจะทำได้ในปีที่ ๔ และ ๕

การฝึกการดูแลส่วนตัว

การที่เด็กจะได้รับความยอมรับจากผู้อื่นหรือไม่ ขึ้นอยู่กับลักษณะท่าทางที่ปรากฏ โจมหน้าและรูปร่างซึ่งเป็นปัญหาทางการแพทย์ ๗๗ เสื้อผ้าการแต่งกายเป็นหน้าที่ของบิดามารดา มารดาจะต้องรู้เคล็ดลับในการแต่งตัวเด็กให้หน้าดู เพื่อแสดงจุดเด่นและอำพรางจุดด้อย เสื้อผ้าชั้นนอกควรจะเป็นแบบง่าย ๆ มีประโยชน์ใช้สอย ส่วนเสื้อผ้าชั้นในควรสะอาดเรียบร้อย ควรจะสอนให้เด็กบิดม้วนรูขี้สี้เสื้อผ้าให้ถูกต้อง รู้จักใช้ผ้าเช็ดหน้า การชำระองเท้า

เด็กบิดม้วนอายุ ๒ - ๓ ปี จะสามารถถอดเสื้อผ้าออกได้และเมื่ออายุ ๔ ปี หรือ ๕ ปี จะพยายามแต่งตัว มารดาสามารถติดตามความก้าวหน้าของเขา การสอนวิธีการง่าย ๆ เช่นยกเท้า ใส่และถอดถุงเท้า การฝึกจะต้องทำระหว่างเวลาที่เด็กกำลังสนใจในการแต่งตัว เด็กจะไม่สามารถทำงานยาก ๆ เช่น ผูกเชือกกรองเท้า หรือแต่งตัวอย่างสมบูรณ์ได้ จนกว่าจะถึงวัยรุ่น ยกเว้นแต่จะได้รับการสอนอย่างเป็น ระบบ มาตั้งแต่แรกเริ่มวัยเด็ก

เด็กปกติมักต้องการกระทำสิ่งต่าง ๆ หลายประการที่มีผลให้เสื้อผ้าร่างกายสกปรก ในขณะที่เด็กบิดม้วนมีแนวโน้มที่จะสะอาดเรียบร้อย ซึ่งเป็นผลมาจากการปกป้องดูแลที่มากเกินไป บิดามารดาจะต้องพยายามทำให้เกิดความสมดุล ระหว่างแนวโน้มทั้งสองอย่างนี้ เด็กบิดม้วนควรจะมีอิสระในการแต่งกายด้วยเสื้อผ้าเก่า ๆ ขูดดิน เดินลุยโคลน กระโดดน้ำเล่น เกสออกถึงบนพื้นหญ้า และทำสิ่งต่าง ๆ ที่จะทำให้สนุกสนานรำเริง แต่เมื่ออยู่ในบ้านควรจะสอนให้เด็กรู้จักมีระเบียบเรียบร้อยในการดูแลตนเอง เช่นอาบน้ำ แต่งตัว แขนวเสื้อผ้า ล้างหน้า แปรงฟัน ล้างมือ ก่อนรับประทานอาหาร รู้จักใช้ผ้าเช็ดหน้า รักษาเล็บให้สะอาด จัดล้นซึกให้เป็นระเบียบ เป็นต้น

กิริยาท่าทางเป็นวิธีที่เหมาะสมในการทำสิ่งใดสิ่งหนึ่ง เด็กจะต้องเรียนรู้กิริยามารยาทต่าง ๆ เพื่อจะได้เป็นที่ยอมรับในสังคม ในขั้นแรกจึงควรสอนให้เด็กรักผู้อื่น ขั้นที่สองจึงสอนให้เด็กไม่กลัวคนแปลกหน้า สามารถเข้ากับคนอื่นได้ โดยเปิดโอกาสให้เด็กได้มีส่วนร่วมในสัมพันธ์ภาพ

ในครอบครัว ชั้นที่สามสอนให้เด็กคิดถึงผู้อื่น เกรงใจผู้อื่น สอนให้ระลึกถึงสิทธิของผู้อื่น สอนมิให้
พูดหยาบคาย

การฝึกให้มีระเบียบวินัย

ระเบียบวินัยหมายถึง ระบบการฝึกพฤติกรรมที่เป็นที่ยอมรับ วินัยจะเป็นไป
ในเชิงสร้างสรรค์ หากการฝึกก่อให้เกิดการประสานกันทางจิตใจระหว่างเด็กและบิดามารดา
หากวินัยทำให้เกิดความสับสนวุ่นวายก็จะก่อให้เกิดผลเสีย และหากวินัยทำให้เกิดความกลัวก็จะเป็น
ไปในเชิงทำลาย เราจะไม่พิจารณาถึงวินัยที่ใช้เป็นครั้งคราว เมื่อมีพฤติกรรมที่ไม่ถูกต้อง แต่จะ
พิจารณาถึงระเบียบวินัยที่ใช้อยู่เสมอสำหรับพัฒนาการที่ประสานกลมกลืนกันของเด็กและจะเป็นพื้นฐาน
ในการสร้างวินัยของตนเอง วินัยที่ดีที่สุดของเด็กก็ถูกถ่ายทอดก็คือ วิธีทำให้เด็กต้องกระทำสิ่งที่บิดา
มารดาต้องการให้เขาทำ เพราะรู้สึกถึงความรักที่บิดามารดามีต่อเขา

เด็กจะต้องอยู่ในระเบียบวินัย เพื่อจะขจัดพฤติกรรมที่ไม่ดี จะต้องสอนให้เด็ก
ทำตามขนบธรรมเนียมของกลุ่ม ยอมรับข้อจำกัดที่จำเป็น เคารพอำนาจผู้ที่มีเหตุผล จะต้องฝึกวินัย
ในเชิงสร้างสรรค์ให้แก่เด็กโดยบิดามารดาที่มีความเที่ยงตรง มีความกรุณาเพื่อจะสร้างข้อจำกัด
ของเสรีภาพในการกระทำ จะต้องแนะนำสั่งสอนให้รู้จักแสดงออกและอดกลั้น เด็กจะเรียนรู้แต่แรก
ว่า บางสิ่งก็สมควรทำบางสิ่งก็ไม่สมควรทำ แต่สามารถเรียนรู้ที่จะทำในสิ่งที่ผู้อื่นบอกให้เขารู้จัก
"ไม่ควร" สำหรับพฤติกรรมบางอย่างจากการที่บิดามารดาไม่เห็นชอบ และรู้จัก "ควร" จากการ
เห็นชอบของบิดามารดา การเห็นชอบควรจะแสดงให้เห็นชัด ๆ ส่วนการไม่เห็นชอบควรจะพูดเบาๆ
โดยการเน้นการกระทำไม่ใช่ตัวเด็ก การกล่าวชมให้ความพอใจควรขึ้นอยู่กับพื้นฐาน ๒ ประการคือ
ความรักและความปลอดภัย ซึ่งจะเป็นพื้นฐานสำหรับวินัยของเด็ก การที่บิดามารดาเป็นตัวอย่าง
ให้แก่เด็ก ๆ จะเลียนแบบได้ง่าย เด็กจะพยายามเข้าใจ เมื่อเด็กทำอะไรได้อย่างน่าพอใจ
แล้วพยายามทำสิ่งใหม่ต่อไป

การฝึกอย่างสม่ำเสมอจะก่อให้เกิดการเชื่อถือ ความผิดของเด็ก เรื่องพฤติกรรมที่ดีจะมีความหมายเท่ากับการเชื่อฟังผู้ใหญ่ แต่เขาจะต้องรู้สิ่งที่เขาคาดหวังก่อนที่จะทำตามและเรียนรู้ โดยการทำสิ่งที่เหมือนกัน ซ้ำ ๆ กัน และจะเข้าใจกฎถ้าใช้อย่างสม่ำเสมอตลอดเวลาและภายใต้สถานการณ์ทุกอย่าง เมื่อเขาเห็นว่ากฎเป็นสิ่งที่ไม่เปลี่ยนแปลงเขาอาจจะยอมรับและปฏิบัติตามโดยอัตโนมัติ ประสิทธิภาพของการฝึกหัดอย่างสม่ำเสมออาจจะเพิ่มขึ้น อาจจะทำให้เด็กมีเสถียรภาพมากขึ้นในการพัฒนาความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ของตนเอง

สมาชิกทุกคนในครอบครัวควรมีพฤติกรรมต่อเด็กเหมือนกัน ความล้มเหลวจะเกิดขึ้นหากบิดาหรือมารดาสงสารเด็ก และหลีกเลี่ยงวินัยบางอย่าง ในขณะที่อีกฝ่ายหนึ่งเคร่งครัด ให้เด็กปฏิบัติตามจนเกินไป เด็กจะไม่เชื่อฟังหากความเชื่อถือนั้นจะเกิดขึ้นในบางโอกาสเท่านั้น ยิ่งพ่อแม่ฉลาดเท่าใดก็ยิ่งเป็นผลดีแก่เด็กเท่านั้น การปฏิบัติตามวินัย การคิดคำนึงและการปรึกษาหารือกัน เป็นวิธีที่ดีในการฝึกหัด ส่วนการปกครองตัวเอง การทำตามอำเภอใจ การทูลหั้นเป็นวิธีการที่ไม่ดี จะต้องคอยสังเกตเด็กให้ดีก่อนที่จะเริ่มวิธีฝึกแต่ละอย่าง

การลงโทษหากจะให้ได้ผลจะต้องมีความคงที่ กล่าวคือ ถ้าเด็กถูกลงโทษเพราะกระทำผิดในวันหนึ่ง แต่ถ้าทำผิดในอีกวันหนึ่งไม่ถูกลงโทษ การฝึกนั้นก็ไม่ได้ผล หากเราประพฤตินิไม่ถูกต้องเนื่องจากความขี้ ความงุนงง หรือความเบาปัญญา เขาก็ควรจะได้รับการฝึก และความช่วยเหลือมากกว่าจะถูกกล่าวหา และลงโทษแต่หากเขาประพฤติไม่ถูกต้องโดยตั้งใจ ก็ควรจะสอนให้เขาละเว้นพฤติกรรมเช่นนั้นเสีย เหตุผลในการทำผิดอาจจะเป็นเพราะความเบื่อ ความริษยา หรือความไม่มั่นคง การชอบทำลายอาจเป็นเพราะไม่มีการระบายความในใจได้ อย่างเพียงพอ ก่อนที่จะลงโทษจำเป็นที่จะต้องอธิบายมูลเหตุ และถ้าเป็นไปได้ควรจะกำจัดสาเหตุนั้นด้วย

การฝึกสุขภาพทางอารมณ์

ความรักจะเป็นพื้นฐานสำหรับดุลยภาพทางอารมณ์ ความรักช่วยให้บ้านของเด็กปลอดภัยอ่อนเป็นระเบียบ ทำให้มีความรู้สึกว่าคุณเองเป็นส่วนหนึ่งของครอบครัวทำให้แน่ใจว่าเขาเป็น

ที่ยอมรับ เด็กทารกดีใจเมื่อได้รับการกอด แต่เด็กต้องการความแน่ใจในความรักและความปลอดภัย
ที่ลึกซึ้ง เขาต้องการความรู้สึกว่าเขาเป็นที่ต้องการ เขาเป็นคนเหมือนกับคนอื่น เขามีตำแหน่งที่
เหมาะสมในบ้านเขาต้องการความรักเหนือสิ่งอื่นใด

ถึงแม้เด็กปัญญาอ่อนจะเข้าใจความรักโดยดูจากการแสดงออกทางสีหน้า น้ำเสียง
ความอ่อนโยน และความเข้าใจที่ได้รับ การพูดอะไรไม่สำคัญแต่สำคัญว่าจะพูดอย่างไร ยิ่งบิดามารดา
ให้ความรักกำสัจใจ ความมั่นใจแก่เขามากเท่าใด การตอบสนองก็จะมากเท่านั้น การลงโทษทำให้
เกิดการต้านทาน การปฏิเสธและความไม่ปลอดภัย การคุกคามใด ๆ ต่อความรัก อาจทำให้เกิด
พฤติกรรมที่แก้แค้น

ความมั่นคงปลอดภัยตกอยู่กับแม่เป็นคนแรก คือการรวมกันเป็นบ้าน และต่อมา
ก็ตกอยู่กับบิดา คือการรวมตัวของโลก เด็กปัญญาอ่อนเมื่อแรกจะรับรู้ความปลอดภัยโดยผ่านทาง
ร่างกาย

การปรับตัวขึ้นอยู่กับระดับสติปัญญาของสมองของเด็กและระบบประสาทสำหรับ
เด็กปัญญาอ่อน การเจริญเติบโตเป็นกระบวนการเคลื่อนไหวไปสู่ภาวะเป็นบางส่วน โดยการเรียน
รู้ที่จะเผชิญกับความต้องการทางสังคม สร้างความสามารถในการเผชิญต่อปัญหาที่ละเอียดละน้อย
การฝึกจะเริ่มต้นทันทีที่เด็กมีที่ทำว่าพร้อมและเต็มใจที่จะร่วมในกระบวนการซึ่ง เป็นความจริงของการ
เรียนรู้ในทุก ๆ ช่วงของชีวิต การบังคับให้เรียนรู้จะถูกปฏิเสธอยู่เสมอหากเด็กได้รับอนุญาตให้มี
ส่วนร่วมทางอารมณ์ในการเรียน เขาจะรวบรวมมันขึ้นตัวเขา และจะมีความรับผิดชอบส่วนบุคคล
เร็วขึ้น และยืนนาน เขาแสดงอาการตอบสนองในขณะเดียวกันโดยปราศจากการใช้กำลังงานในการ
ขัดขวางการเรียนรู้ เด็กปัญญาอ่อนจะต้องได้รับการสอนให้รู้จักภาวะต่าง ๆ รอบตัวเขาที่เขาใช้ชีวิตอยู่

เด็กปัญญาอ่อนอาจมีทักษะที่เหมาะสมกับช่วงวุฒิภาวะ ซึ่งอาจง่ายเหมือนกับการ
รับประทานอาหารเอง แต่งตัวเอง ให้ความบันเทิงกับตนเอง ฝึกเข้าห้องส้วมหรืออาจสลับซับซ้อน
เหมือนกับการพักผ่อนเพื่อความเพลิดเพลิน แต่ละขั้นใหม่ ๆ ในการบรรลุวุฒิภาวะทางสังคมขึ้นอยู่กับ

ความสำเร็จอย่างพอเพียงของขั้นตอนในการพัฒนาครั้งนี้ เด็กที่เป็นปัญหาอ่อนอย่างรุนแรง มีความต้องการพื้นฐานเพียงไม่กี่อย่างคือ ความหิว ความกระหาย การคุ้มครองจากอันตราย แต่เด็กที่เป็นปัญหาอ่อนปานกลาง จะมีความต้องการความพอใจที่ซับซ้อนขึ้น บิดามารดาจะต้องระลึกถึงความต้องการและพยายามตอบสนองตามความต้องการเหล่านี้ในระดับต่าง ๆ ของเด็กเพื่อเป็นการป้องกันการทำลายด้านพัฒนาการและทำลายการปรับตัวเอง ความพยายามที่จะบรรลุความต้องการเหล่านี้ เด็กอาจจะพัฒนาความประพฤติที่ไม่เหมาะสมและเป็นปฏิกิริยาต่อสังคมซึ่งเป็นผลของความคับข้องใจและความล้มเหลว

ปัญหาของเด็กปัญหาอ่อนมักจะเหมือนกันแต่วิธีแก้ปัญหานั้นแตกต่างกันในแต่ละระดับอายุ ตามระดับขนาดของการเป็นปัญหาอ่อน ความต้องการของเขาก็เหมือนกับเด็กปกติแต่จะต้องปรับให้เหมาะสมกับความสามารถของเขา เด็กปัญหาอ่อนก็เป็นคนที่มีรูปพรรณ สีผิว เสียง ต้องการความนับถือตัวเอง มีความรู้สึกส่วนตัว สามารถแสดงอาการโต้ตอบได้เหมือนเด็กอื่น การแสดงตอบในเรื่องความรู้สึก ความเกลียดชัง การยอมรับและการปฏิเสธ การเห็นด้วยและไม่เห็นด้วย การชมเชยและการดูถูก ความสำเร็จและความล้มเหลว ความตึงเครียดและการผ่อนคลาย ความอดทนและความฉุนเฉียวเหมือนเช่นคนอื่น ๆ ต้องการมีชีวิตอยู่เหมือนเช่นเด็กปกติ ต้องการการรับรองว่าเป็นเด็กปกติ เขามีความรู้สึกเกลียดชังไม่พอใจที่ตัวเองต้องแตกต่างจากผู้อื่น เราต้องพยายามไม่หัวเราะการกระทำของเด็กปัญหาอ่อน ไม่ทำให้เขาเสียใจ หรือเกลียดชังตัวเขา แต่ต้องพยายามเข้าใจเขา

การฝึกให้มีศีลธรรม

เด็กปัญหาอ่อนกระทำตัวเหมือนไร้สติแต่มีจุดมุ่งหมายในขณะที่เขาประกอบกิจกรรมต่าง ๆ มากขึ้น แต่สติปัญญาของเขาก็เจริญเติบโตขึ้นด้วย เขาจะเริ่มเข้าใจความเกี่ยวพันของพฤติกรรม รู้สิ่งใดถูกสิ่งใดผิดทีละเล็กละน้อย เริ่มมองเห็นหลักเกณฑ์ของสังคม ถ้าหากความสัมพันธ์ของเขากับครอบครัวปราศจากข้อขัดแย้งกัน เขาจะยึดถือกฎเกณฑ์ของกลุ่ม แต่เขาจะต้องต่อสู้เพื่อ

ฐานะของเขาในครอบครัว เขาจะต้องชดเชยความไม่พอเพียงของเขา การต่อต้านที่จำเป็นอันเป็นผลลัพธ์ที่ตามมานั้นทำลายศีลธรรม แต่ความรู้สึกลึกซึ้ง การรู้จักถูกและผิดเกิดขึ้นช้า ๆ เหมือนกับกลไกที่ทำหน้าที่ควบคุมจุดเริ่มต้นในรายการกเมื่อแม่ยิ้มหรือทำหน้านี้ว เพื่อแสดงความเห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วยกับความประพฤติของเขา โดยธรรมชาติแล้วเขาพยายามที่จะอนุโลมตามความประสงค์ของมารดาเพื่อจะได้รับการดูแล ความรัก ดังนั้นความประพฤติแรกเริ่มจึงถูกกำหนดโดยบิดามารดา เขาจะรับเอามาตรฐานของบิดามารดา

เด็กจะเข้าใจศีลธรรมอย่างดีที่สุดในช่วงวัยรุ่นจากการที่สมาคมและจากการพิจารณาซึ่งได้จากประสบการณ์ในชีวิต ตามปกติเด็กบิดูญวอ่อมมักบกพร่องในการสำนึกถึงคุณค่าของศีลธรรม พวกเขาปฏิบัติตามที่ตนเองครองธรรม ความกลัวจะเป็นแหล่งกำเนิดของหลักธรรมจริยา เขาเป็นคนไม่มีศีลธรรมมากกว่าผิดศีลธรรม เขาขาดความเข้าใจในหลักธรรมจริยาของความถูกต้องและความผิด เมื่อเขาสนใจเพราะความเขลา ความไม่รู้มากกว่าการตั้งใจจะไม่ปฏิบัติตาม เขาปฏิบัติตามกฎเกณฑ์เพื่อต้องการความเห็นชอบและหลีกเลี่ยงการลงโทษ ถึงแม้เขาจะไม่เข้าใจว่าทำไมการกระทำบางอย่างดี และบางอย่างเลว แต่เขารู้ว่าการกระทำอันไหนดี อันไหนเลว จากการเข้าร่วมสมาคมกันเป็นประจำ ทำให้เขาพัฒนาแนวคิดทางศีลธรรมซึ่งจะขึ้นำความประพฤติของเขา บิดามารดาจะต้องปลูกหลักธรรมจริยาตั้งแต่ในวัยเด็ก การฝึกหัดจะต้องดำเนินตลอดไปภายใต้สถานการณ์ทุกอย่างที่เป็นไปได้ เพื่อสร้างพฤติกรรมของเด็กตามลักษณะขนบธรรมเนียมและหลักศีลธรรมของสังคม

บิดาจะต้องมีความกรุณาแต่เด็ดขาด อ่อนโยนแต่มั่นคง มีความเข้าใจตามสภาพที่เป็นจริง เขาควรหลีกเลี่ยงการลงโทษตามร่างกายเว้นไว้เสียแต่ว่าการฝ่าฝืนระเบียบวินัยอย่างชัดแจ้ง ทำทนายเจ้าหน้าที่ หรือแสดงความโหดร้าย การให้รางวัลเมื่อประพฤติดี และตำหนิเมื่อประพฤติไม่ถูกต้อง จะทำให้เกิดความสับสนอันเห็นหน้าปรารถนาในจิตใจของเด็ก

บิดามารดาควรเพาะปลูกนิสัยที่ดีผ่านการเลียนแบบ จากอิทธิพลและสิ่งแวดล้อม ที่เป็นประโยชน์ของเด็กปัญหาอ่อน บิดามารดาจะต้องซื่อสัตย์ มีวาจาสัตย์ ซื่อตรง ในความสัมพันธ์ ทั้งหมดกับเด็ก ควรหลีกเลี่ยงการใช้ถ้อยคำหยาบคาย ภาพลามก การแสดงที่หยาบคาย มหรสพที่ ต้องห้าม หรือสิ่งชักจูงที่ผิดศีลธรรม ความรู้สึกประทับใจที่ได้รับในระยะแรกของวัยเด็กจะตริงไป ชั่วชีวิต

การฝึกให้เข้าสังคม

การเข้าสังคมของเด็กปัญหาอ่อนก็เหมือนกับเด็กปกติคือ ดำเนินตามแบบแผน ที่แน่นอน ผ่านขั้นตอนต่าง ๆ ในการพัฒนาที่ละชั้น การเป็นปัญหาอ่อนของเด็กเพียงอย่างเดียว ก็เป็นอุปสรรคที่เพียงพอแล้ว ความก้าวหน้าที่ทางสังคมจะถูกทำให้ช้าและถูกหน่วงเหนี่ยวให้หยุดแต่เพียง ในระดับทารก ความคับข้องใจ การแยกตัวออกจากสังคม ความหงอยเหงาโดดเดี่ยวซึ่งเป็นผลที่ ความมา ไม่สามารถจะชดเชยได้ด้วยกิจกรรมใด ๆ ดังนั้นครอบครัวจึงเป็นตัวกำหนดทัศนคติของด็ก และความประพฤตินี้ในสังคม การได้รับการยอมรับภายในบ้านทำให้เด็กรู้สึกว่าได้รับการยอมรับจาก ผู้อื่นด้วย

บิดามารดา ญาติพี่น้อง และเพื่อน เป็นผู้กำหนดพฤติกรรมทางสังคมของเด็ก เด็กจะเรียนรู้ธรรมชาติของมนุษย์ได้จากทัศนคติของบุคคลเหล่านี้ ซึ่งมีต่อเขาและต่อโลก แต่เคราะห์ ร้ายที่บิดามารดาได้ก้าวหน้าไปกว่าที่เด็กจะตามทันได้ พี่น้องที่มีอายุมากกว่าจึงถูกใช้เป็นมาตรฐาน ในการเปรียบเทียบการพัฒนาเด็กอายุ อ่อนกว่าเช่นหน้าเด็กปัญหาอ่อนและที่เป็นการเน้นความเป็น ปัญหาอ่อนในระหว่างกลุ่มคนอายุทั้ง ๒ กลุ่มนี้ เด็กปัญหาอ่อนได้รับความทรนจากการเปรียบเทียบ ที่แสดงออกโดยชัดแจ้ง โดยนับว่าเขารู้ว่าผู้อื่นคาดหวังอะไรจาก เขาสำนึกถึงข้อบกพร่องของเขา แต่ตกอยู่ในอำนาจของความกดดัน ความต้องการที่ถูกทำลายไป ในลักษณะเดียวกันนี้เกิดจากเพื่อน เล่นของเขานั้นเอง ความไม่คล่องแคล่วในการเล่น การมีส่วนร่วม, การเรียน ทำให้เขาไม่มั่นคง เป็นเด็กล้าหลัง มีแต่ความทุกข์ไม่ได้รับการต้อนรับ เขากลับบ้านด้วยความรู้สึกอ่อนไหวอย่างมาก

และแสดงถึงความรู้สึกถึงความค้อยกว่าของตน แต่ความผิดหวังไม่สามารถหยุดยั้งเขาจากการแสวงหามิตรภาพในหมู่เด็กที่อ่อนกว่า และเด็กเหล่านี้ก็จะปฏิเสธเขา อย่างไรก็ตาม เด็กปัญญาอ่อนได้พยายามอย่างแข็งขันเพื่อจะทำสิ่งที่ปีติามารถเห็นแก่และหวังไว้ด้วยคุณสมบัติที่มีอยู่อย่างจำกัด จะเห็นได้ชัดว่าเขาได้ต่อสู้ตลอดชีวิตของเขา

เด็กปัญญาอ่อนจะสร้างภาพตัวเองในแง่ร้ายว่าเป็นคนไร้ความสามารถ เป็นคนที่ถูกกำหนดให้พบแต่ความล้มเหลว ความคับข้องใจที่เพิ่มขึ้นทุก ๆ ระยะก่อให้เกิดปฏิกิริยาในแง่ลบต่อตนเอง ซึ่งนับว่าเป็นการตีราคาตัวเองในทางลบอันเป็นผลมาจากปฏิกิริยาของผู้อื่น ความตึงเครียดซึ่งเป็นผลมาจากการที่เด็กคาดหวังความล้มเหลวในภายหน้าของตน ก่อให้เกิดปฏิกิริยาของพฤติกรรมเฉพาะที่ขาดวุฒิภาวะที่วางแผนไว้เพื่อจะลดความตึงเครียดภายในที่สะสมอยู่ เป็นวิธีการปรับตัวของเด็กให้เข้ากับความเป็นจริงของชีวิต เขาไม่สามารถยอมรับความคับข้องใจที่ไม่มีวันสิ้นสุดเนื่องมาจากบทบาทสองอย่างในสังคม รูปร่างที่ปรากฏชี้ให้เห็นอายุที่แท้จริงของเขา ในขณะที่เขามีพฤติกรรมเหมือนเด็กที่มีอายุอ่อนกว่าเขา ความขัดแย้งระหว่างบทบาทที่คาดแล้ว และที่เป็นไปได้ก่อให้เกิดความยุ่งเหยิงไม่มีที่สิ้นสุดต่อการตอบสนองทางอารมณ์ต่อชีวิตของเด็กปัญญาอ่อน เขาจะกลายเป็นคนที่ไม่มีความสุข ก้าวร้าว ไม่เชื่อฟัง หรือว่าง่าย สงบปากสงบคำ ไม่เข้าหน้าคน หรือเจ้าน้ำตา ปฏิกิริยาดังกล่าวจะยิ่งขัดขวางความเข้าใจสังคมและบทบาทพัฒนาการทางอารมณ์ของเด็กจะต้องตัดแปลงความสัมพันธ์ส่วนบุคคลของเด็กให้เหมาะสมกับความคิดของเขา เพื่อให้มีความสามารถที่ดีที่สุด

การฝึกให้มีบุคลิกภาพที่ดี

บุคลิกภาพเป็นผลทั้งหมดของความรู้สึกเกี่ยวกับตัวเขาเอง เกี่ยวกับผู้อื่นของเด็กปัญญาอ่อน ซึ่งจะนำไปสู่การกระทำ การคิดในที่สุด จากนั้นเด็กจะเห็นว่าตนเองต่างจากผู้อื่น รูปแบบเฉพาะของการกระทำหน้าที่ เกิดจากกฎภายในของการพัฒนาส่วนบุคคลซึ่งเป็นลักษณะเฉพาะที่เกิดขึ้นอันเนื่องมาจากอวัยวะและสิ่งแวดล้อม ดังนั้นบุคลิกภาพจึงทำนายได้ถึงสิ่งที่บุคคลจะทำ ในสถานการณ์ที่กำหนด บุคลิกภาพเป็นการพัฒนาในทางก้าวหน้าซึ่งเกี่ยวข้องกับประสบการณ์ในชีวิตของเขาแต่ละบุคคล เด็กปัญญาอ่อนที่กำลังเจริญเติบโตจะพัฒนาบุคลิกภาพที่ละขั้น ๆ เหมือนเด็กอื่นๆ ซึ่งแต่ละขั้นที่ก้าวหน้าไปสู่วิฤติการดีพร้อมกับความขัดแย้ง ดังนั้นเด็กจึงต้องการความช่วยเหลือ

เพื่อให้การพัฒนาแต่ละขั้นเป็นไปอย่างง่ายที่สุด โดยผ่านความรัก การให้กำลังใจ การแนะนำ ความสมบูรณ์ของบุคลิกภาพจะถูกกำหนดโดยการมีคุณลักษณะที่ดีมากกว่าที่ไม่ดี และโดยการพัฒนาที่สอดคล้องกับความพิการ

การพัฒนาบุคลิกภาพขั้นแรกต้องการความไว้วางใจเป็นพื้นฐาน ทารกจะรู้จักตัวเองและโลกรอบตัวเขาอย่างช้า ๆ ความรู้สึกไว้วางใจพัฒนาจากความสุขที่ได้จากการสนองความต้องการของเขาและจากความรู้สึกไว้วางใจซึ่งจะหันเหไปในการปรากฏตัว ดังนั้นเด็กปัญญาอ่อนจะเรียนรู้ที่จะไว้วางใจ การตอบสนองทางสรีรศาสตร์ของตัวเองและเครื่องป้องกันทางสิ่งแวดล้อม เขาได้รับความรักและการปฏิบัติเหมือนผู้ที่มีลักษณะเด่น เขาจะสะท้อนความไว้วางใจต่อบิดามารดาของเขาเอง บิดามารดาจะต้องสอนประสบการณ์ที่น่าพอใจให้เด็กมีฉะนั้นเด็กจะพัฒนาความรู้สึกไม่ไว้วางใจต่อบิดามารดาและผู้อื่น

การพัฒนาบุคลิกภาพขั้นที่สอง ต้องใช้ความเข้าใจ เรื่องการปกครองตนเอง ความรู้สึกเป็นอิสระ ซึ่งขึ้นอยู่กับที่ได้รับ ความไว้วางใจที่จะเป็นพื้นฐานในการเพิ่มพูนบุคลิกภาพ เด็กปัญญาอ่อนรู้สึกว่าเขาเป็นคนโดยสิทธิของเขาและสามารถที่จะทำอะไรตามที่ตนคิด

ขั้นที่สาม การสร้างสรรค์ความคิดริเริ่มซึ่งเป็นความก้าวหน้าที่สำคัญที่สุดสำหรับเด็ก เขาพยายามที่จะเลียนแบบพฤติกรรมของผู้ใหญ่ และรู้ว่าสิ่งไหนที่เขาสามารถทำสิ่งไหนไม่สามารถทำ มันเป็นเวลาของความอยากรู้อยากเห็น ผู้ปกครองจะต้องเรียนรู้ในการกระตุ้นมากกว่าการแสดงแบบซ้ำ ๆ ความคิดริเริ่มที่แสดงออกบางครั้งก็ตรงกับความหมายที่เขาคิด

ขั้นที่สี่ การแนะนำเมื่อคิดว่าเด็กมีความคิดริเริ่ม เป็นเวลาที่เด็กปัญญาอ่อนมีความเจริญหรือศึกษาในการทำงาน ดังนั้นจะต้องสอนให้พวกเขาประสบผลสำเร็จในการทำงาน ซึ่งเป็นการเตรียมตัวเด็กเพื่อเข้าสู่วัยผู้ใหญ่

๒. การจัดการศึกษาแก่บุคคลปัญญาอ่อน

วัตถุประสงค์ของการศึกษา

ทัศนคติ เดิมที่ว่าเด็กปัญญาอ่อนนั้นแตกต่างกันตรงที่ว่าสามารถเรียนได้กับเรียนไม่ได้เมื่อเร็ว ๆ นี้ได้มีการแบ่งเด็กเหล่านี้เป็นกลุ่มตามระดับเชาวน์ปัญญา (I.Q.) เด็กที่มี I.Q. ต่ำกว่า ๕๐ ไม่สามารถจะเรียนรู้ตามวิธีการแบบใหม่สำหรับเด็กปัญญาอ่อนได้ ไม่มีมาตรฐานบุคลิกภาพใด โดยเฉพาะในเรื่องของสติปัญญาที่จะทำนวยได้ถึงการศึกษา การฝึกหัดหรือการศึกษา ความสามารถที่จะดำรงชีพอย่างอิสระและการปรับตัวให้เข้ากับสังคมได้ ความพึงพอใจในสภาพชีวิตของตนต้องอาศัยคุณสมบัติทั้งทางกายและจิตใจอยู่หลายประการ ความแตกต่างระหว่างคนที่มีคุณสมบัติ เช่นที่กล่าวมากับคนที่ไม่จะมีจะไม่ปรากฏเด่นชัดนัก ตรงกลางระหว่างคน ๒ กลุ่มนี้ก็คือ กลุ่มคนที่มีความบกพร่องทางสมอง ซึ่งมีความสามารถพอที่จะได้รับการฝึกหัด การศึกษาและปรับตัวอยู่ในสังคมอย่างเหมาะสมได้ คำอธิบายลักษณะที่ดีที่สุดของคนกลุ่มนี้จะขึ้นอยู่กับความสามารถในการทำงานมากกว่าขึ้นอยู่กับ I.Q.

วัตถุประสงค์หลักของการให้การศึกษาแก่บุคคลปัญญาอ่อนคือ การพัฒนาความสามารถที่มีอยู่ในตัวของแต่ละบุคคลให้เหมาะสม และสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้ การที่สติปัญญา เบี่ยงเบนไปจากปกติ เป็นสิ่งซึ่งปรากฏเห็นได้ชัดอยู่เสมอ เด็กที่เรียนช้าในเรื่องใด เรื่องหนึ่ง อาจจะเรียนเร็วในวิชาอื่นก็ได้ คำนิยามในปัจจุบันมีอยู่ว่า ตัวเด็กจะมีความสำคัญเป็นอันดับแรก และความบกพร่องทางสมองมาเป็นอันดับหลัง ดังนั้นการเป็นปัญญาอ่อนจึงประเมินได้จากความช้าในการเจริญเติบโตทางบุคลิกภาพ หลักสูตรที่ดีจะได้ทั้งประสบการณ์และสภาวะการณ์ที่จะช่วยให้เด็กสร้างความมั่นใจ ปรับตัวเข้ากับสังคมได้

ประสบการณ์ทางการศึกษา ควรมีการวางแผนเพื่อที่จะปรับความมั่นคงทางอารมณ์ให้เหมาะสมกับการดำรงชีวิตในสังคม ความคับข้องใจจะนำไปสู่ความไม่สามารถอยู่รอดในสังคม บุคคลปัญญาอ่อนควรได้รับการช่วยเหลือให้สามารถแสดงความสามารถ ความทะเยอทะยานความมุ่งหวัง

ของเขาโดยออกมาจากความสามารถ การฝึกหัดควรเป็นไปในทางที่จะก่อให้เกิดประโยชน์
งานที่เหมาะสมกับบุคลิกภาพของเขา โปรแกรมการศึกษาควรดัดแปลงให้เหมาะสมกับความ
ต้องการและความสามารถทางสมอง เด็กปัญญาอ่อนจะพอใจชีวิตมากขึ้นและพัฒนาความ
เข้าใจในปัญหาของเขาเองได้ดีขึ้น

การศึกษาภายในบ้าน ควรจะได้มีการฝึกกิจกรรมต่าง ๆ ที่จะช่วยให้
อวัยวะต่างมีการเรียนรู้ได้มาก ในแต่ละวันควรกำหนดเวลาสำหรับการเล่าเรียนไว้ เด็ก
เล็กควรมีเวลาเรียนวันละชั่วโมงครึ่งในตอนเช้า สำหรับเด็กโตควรเพิ่มเวลาในตอนบ่าย
ด้วย สำหรับเด็กปัญญาอ่อนต้องการเวลานานกว่าเด็กปกติเพื่อให้การเรียนบังเกิดผล การ
เล่าเรียนควรดำเนินไปทุก ๆ วัน โดยเริ่มด้วยดนตรีในแบบที่เด็กสามารถเข้าถึงและ เข้า
ร่วมได้ กิจกรรมแต่ละประเภทควรกำหนดเวลาดังแต่ ๑๐ นาที จนกระทั่งถึงช่วงที่เด็กมี
ความเอาใจใส่เพิ่มขึ้น บรรยากาศในห้องเรียนควรคล้ายกับบรรยากาศในห้องเรียนทั่วไป
อาจจะใช้ห้องของเด็กเองเพื่อจุดประสงค์ดังกล่าว ควรตกแต่งด้วยบอร์ดนิทรรศการ เพื่อ
ใช้แสดงผลงานของเด็ก นอกจากนี้ก็มีกระดานดำ ซอล์คลีต่าง ๆ สำหรับการเขียนภาพ
ที่สำหรับเก็บอุปกรณ์การเรียน การเรียนในบ้านควรดำเนินการสอนโดยเพื่อนบ้าน นักเรียน
มัธยม หรือครูพิเศษ มากกว่าที่จะให้สมาชิกในครอบครัวสอนเอง

ระบบการเรียนของรัฐบาล ควรจัดชั้นเรียนไว้ชั้นหนึ่งสำหรับเด็กเล็ก
ที่ปัญญาอ่อนซึ่งมีอายุ ๓ - ๖ ปี และอายุสมอง ๒ - ๔ เพื่อพัฒนาความสามารถทางสมอง
และเตรียมเด็กให้เรียนในชั้นประถมต่อไป เด็กปัญญาอ่อนจะมีความแตกต่างในระหว่างกลุ่ม
มากกว่าเด็กปกติ ด้วยเหตุนี้ความต้องการในการแบ่งเด็กออกเป็นกลุ่มเพื่อสอนแบบตัวต่อตัว
จึงมีอยู่มาก โปรแกรมการสอนเด็กก่อนเข้าเรียนแบบตัวต่อตัว เช่นนี้จะพัฒนาความมั่นคงทาง
อารมณ์ ด้วยการสร้างความรู้สึกปลอดภัยและความเป็นตัวของตัวเอง ความรู้สึกชื่นชมในการ
ประสบความสำเร็จ โอกาสที่จะช่วยตัวเองและความเจริญเติบโตทางความคิดโดยอ่านทาง
ประสบการณ์สังคม และความสามารถทางประสาท กระตุ้นให้เกิดความสามารถพิเศษและให้
โอกาสสำหรับการศึกษาของบิดามารดา

การศึกษาระดับต้น

ในการจัดการศึกษาระดับนี้จะต้องจัดเตรียมชั้นเรียนรวมทั้งอายุของเด็กตั้งแต่ ๖ - ๑๐ ปี และอายุสมอง ๓ - ๖ การจัดหลักสูตรที่ที่จะต้องจัดเตรียมเด็กตามระดับความสามารถของระดับสติปัญญาให้เหมาะสมกับสภาพการณ์ในโรงเรียน การสอนตัวต่อตัวจะทำให้เด็กซึมซาบความมั่นใจในตัวเอง จะช่วยให้พัฒนาสัญชาตญาณที่ติดการส่งเสริมให้เข้าร่วมในสังคมอย่างถูกต้องจะช่วยพัฒนาความสามารถทางภาษา ควรกระตุ้นแนวความคิดเกี่ยวกับปริมาณก่อนที่จะมีการเรียนรู้เรื่องจำนวนให้มีการรับรู้ด้วยการเห็นและได้เป็นอย่างดีถูกต้อง เตรียมตัวสำหรับเรียนการสอน ปรับการทำงานของประสาทให้ดีขึ้น พัฒนาความร่วมมือ แก้ไขวิธีการพูดและส่งเสริมนิสัยในการทำงานเป็นกลุ่ม

การเรียนระดับกลาง

กลุ่มเด็กก่อนวัยรุ่นทั้งชายและหญิงอายุตั้งแต่ ๑๑ - ๑๓ ปี อายุสมอง ๖ - ๘ การสอนแบบตัวต่อตัว จะพัฒนาทักษะในการศึกษาริชาการต่าง ๆ และได้รับประสบการณ์จากสภาพแวดล้อมในสังคม เด็กเหล่านี้เริ่มปรับตัวให้เข้ากับกลุ่มได้ เขาแสดงออกถึงความสามารถ และสภาพทางสังคมสูงมากกว่าที่ระดับ I.Q. ที่ Binet ซึ่งเป็นนักจิตวิทยาคาดไว้เสียอีก พฤติกรรมของเขาในชั้นเรียนพิเศษซึ่งมีการสอนแบบตัวต่อตัวจะได้ผลตรงกันข้ามกับที่ทำการสังเกตในชั้นเรียนปกติ ซึ่งเด็กบางคนไม่ได้รับการเอาใจใส่เพียงพอ เขาถูกเด็กปกติทอดทิ้ง สอดต่บ้อย และเรียนซ้ำชั้นเสมอ ความคับข้องใจเช่นนี้จะนำไปสู่ลักษณะพฤติกรรมที่เบี่ยงเบนจากปกติ เช่น ชอบรังแกผู้อื่น ชอบแสดงออกก่อนวางสร้างรำคาญให้แก่ผู้อื่นและดก เลิกขโมยน้อย แต่ในชั้นเรียนพิเศษจะจัดเด็กที่มีความสามารถเหมือนกันให้ทำงานร่วมกัน ร่วมมือกันในเรื่องต่าง ๆ สร้างความรู้สึกช่วยเหลือเกื้อกูลกันมีการแสดงออกอย่างเปิดเผย รับฟังและให้คำแนะนำผู้อื่น พัฒนาความคิดสร้างสรรค์พร้อมกับความสนใจพิเศษและร่วมมือกันทั้งหมด

การศึกษาระดับปลาย

กลุ่มวัยรุ่นจะประกอบด้วยเด็กอายุ ๑๓ - ๑๖ ปี อายุสมอง ๘ - ๑๒ หลักสูตรแบบตัวต่อตัวมุ่งเน้นที่นามธรรมมากกว่ารูปธรรม นามธรรมต่าง ๆ จะมีลักษณะเป็นไปตามธรรมชาติ และในชีวิตประจำวันของบุคคลปัญหาอ่อนมีมาก แผนการควรจะเป็นแบบรายบุคคล หรือ ๒ - ๓ คน หรือเป็นกลุ่ม ครูจะให้คำแนะนำแต่ละบุคคลเกี่ยวกับเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาปัญหาส่วนบุคคล จุดมุ่งหมายในการประกอบอาชีพ ประสบการณ์ในการสร้างครอบครัว อาชีพขั้นต้น ความสัมพันธ์ในสังคมและสุขภาพจิต ด้วยโปรแกรมที่สมบูรณ์แบบนั้น เด็กจะได้เตรียมตัวพร้อมที่จะออกไปใช้ชีวิตนอกโรงเรียนได้อย่างดี

การศึกษาหลังออกจากโรงเรียน

การศึกษาหลังจากออกจากโรงเรียนสำหรับเด็กปัญหาอ่อน จะช่วยลดช่องว่างระหว่างชีวิตในโรงเรียนและชีวิตในชุมชน จะช่วยกำหนดสังคมและการงาน บุคคลปัญหาอ่อนจะออกจากโรงเรียนในช่วงอายุ ๑๖ ปี เขาจะกลายมาเป็นนักศึกษาสำหรับชีวิตจริงในแต่ละวัน คนหนุ่มสาวที่เป็นเช่นนี้จะต้องใช้เวลาในการศึกษา อันที่จริงแล้ว เขาไม่ได้เอาใจใส่ค่อยไปกว่าเด็กเรียนที่ปกติแต่อย่างใด แต่คนปัญหาอ่อนจะต้องเรียนรู้การทำงานและการปรับตัวให้เข้ากับสภาพสังคมได้เข้า ฉะนั้นในโรงเรียนมัธยมจึงควรมีการขยายโปรแกรมสำหรับผู้ที่จะออกไปทำงานแล้ว เพื่อว่าคนเหล่านี้จะได้นำปัญหาของเขามาให้ครูช่วยเหลือเป็นส่วนตัวได้ ทั้งในเรื่องการปรับตัวให้เข้ากับความต้องการของสังคมในปัจจุบัน หลักสูตรที่วางไว้จะจัดทำขึ้นเพื่อช่วยแก้ปัญหาส่วนบุคคล

การให้คำแนะนำในการประกอบอาชีพ

จุดมุ่งหมายสูงสุดในการศึกษาของเด็กปัญหาอ่อนคือ ความเป็นอิสระในการประกอบอาชีพ เด็กปัญหาอ่อนควรได้รับโอกาสในทุกทางที่จะได้เรียนรู้การทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเอง ไม่ว่าความสามารถของเขาจะมีขีดจำกัดอย่างไรก็ตาม ทางบ้านควรจะเป็นแหล่งที่ช่วยกระตุ้นให้มี

การฝึกหัด เป็นประจำ เพื่อความประสพผลสำเร็จของเด็กปัญญาอ่อน

บุคคลปัญญาอ่อนจะพ้นจากการดำรงชีวิตอยู่โดยไม่สามารถทำอะไรได้

โดยการพัฒนาความสามารถที่แฝงอยู่ให้กลายเป็นจริงขึ้นได้ด้วยการฝึกหัดอย่างดี เขาจะเรียนรู้อาชีพหรือทักษะที่ทำให้เขาสามารถเลี้ยงชีวิตได้เหมือนคนอื่น ๆ ในสังคมชนบท คนที่มีระดับสติปัญญาดำเนินการที่จะทำอะไรทำสวน เกี่ยวกับทำความสะอาดโรงนาและอาชีพอื่น ๆ ที่จำเป็นในการนำผลิตผลมาสู่ตลาด แต่สำหรับในเมืองคนงานที่ไม่มีทักษะอาจจะใช้ทำงานในวงการธุรกิจและอุตสาหกรรม คนที่มีระดับสติปัญญาดำเนินการทำงานในตำแหน่งผู้ช่วยในร้านขนม ร้านขายของชำ ห้างสรรพสินค้า ตู้ซ่อมรถ โรงแรม โรงพยาบาล ร้านเล็ก ๆ หรือเป็นลูกมือฝึกหัดผู้แยกประเภทสินค้า คนบรรจุหีบห่อ คนเขียนซอง คนคัดฉลาก คนห่อของ เสมียน คนเดินหนังสือ พนักงานต่อหมายเลขโทรศัพท์ คนทำความสะอาด พนักงานซักผ้า คนดูแลบ้านหรือคนตรวจของในโรงงานอุตสาหกรรม

ความสำเร็จที่ได้รับขึ้นอยู่กับทัศนคติของครอบครัวของเด็กเหล่านี้ ระดับของความที่ยังไม่เป็นผู้ใหญ่ การเรียนในทางปฏิบัติอย่างพอเพียง ลักษณะของงานที่ต้องการทำงานที่เหมาะสมกับความไม่สมบูรณ์ทางจิตและร่างกายควรได้รับคำแนะนำจากผู้ว่าจ้าง ความล้มเหลวส่วนใหญ่ขึ้นอยู่กับกำกัดตัวเอง และการคาดหวังหรือความต้องการที่มากเกินไป

ระดับสติปัญญาไม่ได้เป็นองค์ประกอบที่จะกำหนดความสำเร็จหรือความล้มเหลวในการทำงาน แต่เขาวนปัญญาที่มีส่วนช่วยวัดทัศนคติในการศึกษาในโรงเรียนในการเรียนรู้ที่จะพูดและการแก้ไขปัญหา คนที่มีปัญญาดำเนินการจะประสบความสำเร็จได้ในงานประจำวันและเป็นอิสระจากการแก้ไขปัญหา

๓. การรักษา

การรักษาสุขภาพของบุคคลปัญญาอ่อน

สำหรับบุคคลปัญญาอ่อน ความพิการทางสมองไม่ได้เกิดจากสาเหตุเพียงสาเหตุเดียว แต่มีสาเหตุพื้นฐานหลายประการ การทำหน้าที่ของสติปัญญาไม่ได้เป็นปัญหาเดียว เท่านั้นของบุคคลปัญญาอ่อน ความต้องการ ความขัดแย้ง ความกระวนกระวายใจของ เขาที่เกิดขึ้นนั้น เป็นปัญหาที่ต้องการการรักษาทั้งสิ้น โดยเฉพาะในแต่ละระดับขั้นของการพัฒนาการ การตรวจวินิจฉัยอย่างละเอียดจะช่วยให้ทราบถึงสภาวะของบุคคลปัญญาอ่อนอย่างถูกต้องสมบูรณ์ การรักษาอาการของโรคอาจจะมีความยุ่งยากแต่เป็นสิ่งจำเป็นที่ต้องมีการปรับปรุงแก้ไข จุดหมายปลายทางของการรักษา คือ การช่วยให้เด็กสามารถแก้ไขปัญหาด่าง ๆ ได้ในทางสร้างสรรค์ และสามารถปรับตัวเข้ากับสภาวะแวดล้อมที่เขาอาศัยอยู่

เป็นที่ยอมรับกันว่าบุคคลปัญญาอ่อนสมควรที่จะได้รับการรักษาพยาบาล โดยเฉพาะกรณีความพิการทางสมองของเด็ก สำหรับครอบครัวเองก็ต้องมีการปรับตัวเพื่อรับกับปัญหาพิเศษนี้ และกระตุ้นให้มีการวางแผนระยะยาว ความผิดปกติทางสมองของบุคคลปัญญาอ่อนอาจมีผลกระทบต่อ การทำหน้าที่ของร่างกาย บุคคลปัญญาอ่อนก็ต้องได้รับการบำรุงรักษา เช่นเดียวกับบุคคลปกติที่ต้องรักษาสุขภาพให้อยู่ในสภาพที่ดี บางครั้งอาจต้องใช้การแก้ไขทางศัลยกรรมศาสตร์ เช่นรูปร่างไม่สมประกอบแต่กำเนิด ซึ่งอาจจะช่วยแก้ไขลักษณะรูปร่าง การกระทำหน้าที่ให้ดีขึ้นและอาจลดระดับของความพิการ บางครั้งจะช่วยให้เราเห็นถึงสภาพการเบี่ยงเบนของการเห็นและได้ยิน ส่วนการรักษาสุขภาพลักษณะของฟันก็จะช่วยให้มีสุขศาสตร์ทางปาก (*oral hygiene*) ให้สามารถเอาชนะ กระสวนของการหายใจ ทำทางที่ไม่ดีและการก้าวเดินที่ผิดปกติ

ภาวะโภชนาการของบุคคลปัญญาอ่อน

โภชนาการของบุคคลปัญญาอ่อนก็มีผลกระทบกระเทือนต่อสภาพของสมอง ในปี ค.ศ. ๑๙๔๔ นายแพทย์ *Newton Kugelmass*^๑ ได้ทำการทดลองศึกษาเด็กอายุ ๑๔ ปี ถึงความเป็นไปได้ของการปรับปรุงภาวะโภชนาการให้ดีขึ้น จะมีผลต่อสภาวะของสมองของเด็ก ได้พบว่า ยิ่งเด็กกินอาหารเพื่อบำรุงร่างกายในแต่ละวันอย่างพอเพียงและสมเหตุสมผลเพียงใด ผลของการพัฒนาการทางสมองก็จะเป็นไปอย่างน่าพอใจเพียงนั้น พบว่าในกลุ่มบุคคลปัญญาอ่อนที่มีการรักษาระดับของภาวะโภชนาการให้เหนือกว่าอีกกลุ่มหนึ่งที่ไม่ได้ควบคุมภาวะโภชนาการ เมื่อเปรียบเทียบกันแล้วปรากฏว่า กลุ่มแรกมีการพัฒนาระดับเชาวน์ปัญญาสูงขึ้นกว่าอีกกลุ่มหนึ่งถึง ๑๐% เป็นการยากเหมือนกันในการรักษาคุณภาพที่ดีในเรื่องอาหารของบุคคลปัญญาอ่อนบางคน บุคคลปัญญาอ่อนที่เป็นอัมพาตบางรายอาจจะเนื่องมาจากภาวะโภชนาการที่ไม่ถูกส่วนต่อร่างกาย หรือบุคคลปัญญาอ่อนที่ไม่สามารถควบคุมเรื่องโภชนาการได้ก็อาจอ้วนผิดปกติ เพราะจะได้รับอาหารไม่ถูกส่วน รับประทานอาหารมากเกินไปในเวลาอาหารและการขบเคี้ยวของจุกจิก การรับประทานอาหารถือว่าเป็นหนทางหนึ่งในการสร้างความพอใจให้กับประสาทสัมผัส ดังนั้นบิดามารดาจึงไม่ควรมองข้ามการเลี้ยงดูที่ผิดวิธีนี้ไปเสีย บุคคลปัญญาอ่อนในสถานสงเคราะห์อาจจะได้รับภาวะโภชนาการที่ไม่ถูกต้อง เพราะความไม่เอาใจใส่ของผู้ดูแล

รายการและรายละเอียดของอาหารที่กำหนดให้สำหรับบุคคลปัญญาอ่อนนั้นต้องมีการตระเตรียมต้องวิเคราะห์ เพื่อป้องกันความบกพร่องที่อาจเกิดขึ้นและต้องทำการตรวจแก้ไขให้สอดคล้องกัน ซึ่งนายแพทย์ *Newton Kugelmass* พบว่าเป็นไปได้ที่จะเปลี่ยนกระสวนอาหารของครอบครัว (*family food pattern*) แต่การเสริมอาหารที่จำเป็นสำหรับบุคคลปัญญาอ่อนจะสามารถเอาชนะช่วงของความบกพร่องต่าง ๆ ดังนั้นควรให้บุคคลปัญญาอ่อนอยู่ในระดับที่เรียกว่าอิ่มตัวแล้ว (*saturated zone*) ซึ่งจะช่วยให้ร่างกายได้ใช้อาหารที่จำเป็นทั้งหมดและถึงส่วนอื่น ๆ ที่ไม่จำเป็น

^๑*Ibid*, p. 150.

ภาวะโภชนาการจะสะท้อนให้เห็นถึงความพร้อมของศูนย์กลางการเคลื่อนไหว ซึ่งอาจแสดงออกมาในรูปของความอดทน พลังงาน ความแข็งแรง ความคล่องแคล่วว่องไว และการทรงตัวที่สมดุล คุณสมบัติของความพร้อมทางกายภาพของร่างกายจะพัฒนามาจากกิจกรรมที่วางเอาไว้ การเล่นและการออกกำลังกายจะช่วยผ่อนคลายความตึงเครียด ทำให้เกิดการกระตุ้นในการเข้าสังคมให้เป็นที่น่าพอใจ บุคคลปัญญาอ่อนมักจะแสดงออกซึ่งทักษะที่ผิดไปจากที่เคยปฏิบัติ สำหรับกิจกรรมกลางแจ้งเพื่อให้ตนได้เป็นที่ยอมรับในหมู่คนที่ เป็นปัญญาอ่อนด้วยกัน และวิธีนี้อาจจะ ช่วยกระตุ้นให้คนเหล่านั้นนำเอาทักษะพิเศษบางอย่างของตนมาใช้ในชีวิตการทำงาน เมื่อรู้สึกว่าเป็น บุคคลปัญญาอ่อนไม่มีชีวิตชีวาในการทำกิจกรรมหรือทำกิจกรรมแบบไร้วัตถุประสงค์ ต้องให้เขาได้รับ การพักผ่อนหย่อนใจซึ่งมีระยะเวลาานกว่าเด็กปกติ ผู้ปกครองควรมีความรู้ในเรื่องศิลปะของ การพักผ่อนหย่อนใจเพื่อนำไปถ่ายทอดให้กับบุตรที่เป็นปัญญาอ่อน การพักผ่อนจะทำให้เด็กที่กำลังตึง เครียดรู้สึกกระปรี้กระเปร่าขึ้นและทำให้การทำงานของร่างกายดีขึ้น การพักผ่อนควรมีหลังจาก เวลาอาหารกลางวันหรือในตอนบ่ายหลังจากเลิกเรียนแล้ว เด็กก่อนวัยเรียนที่ปกติไม่ต้องการการ นอนในตอนบ่าย แต่เด็กปัญญาอ่อนควรมีการพักเพื่อให้ระบบการทำงานของร่างกายทำหน้าที่ได้ดีขึ้น

ผู้ปกครองเด็กปัญญาอ่อนควรมีส่วนเกี่ยวข้องกับบุตรของตนมากกว่าผู้ปกครองของ เด็กปกติ ผู้ปกครองของเด็กปัญญาอ่อนต้องการรู้ว่า เด็กของเขาจะสามารถดูแลตัวเองได้หรือไม่ และช่วยเหลือตนเองได้หรือไม่ และจะเรียนรู้วิชาชีพเพื่อดำเนินชีวิตต่อไปได้หรือไม่ แต่เด็กปัญญาอ่อน สามารถรับการพัฒนาคความถนัด (aptitude) พิเศษได้ภายในขอบเขตหนึ่ง มีฉะนั้นแล้วการนำเอาบุคคลปัญญาอ่อนเข้ามาอยู่ในสถานสงเคราะห์ก็เป็นสิ่งที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ การมีทัศนคติที่ยอมรับ หมดหวัง อาจชะงักขวางการพัฒนาความสามารถที่แฝงอยู่ในบุคคลปัญญาอ่อนเหล่านั้นได้ การยอมรับ ถึงปัญญาอ่อนในตอนต้น ๆ จะทำให้การรักษาได้ผลดีมากขึ้นและความหวังสำหรับคนเหล่านี้ในการเข้า ไปอยู่ร่วมกับคนอื่น ๆ ในสังคมในอนาคตก็จะมีมากขึ้น

การรักษาความผิดปกติทางอารมณ์

การปรับตัวเข้ากับสภาวะแวดล้อมไม่ไค้ นั้น ไม่เพียงแต่จะมีผลกระทบทางสติปัญญาเท่านั้นแต่ยังมีผลต่ออารมณ์ของบุคคลปัญญ่าอ่อนด้วย บุคคลปัญญ่าอ่อนคนหนึ่งอาจจะแสดงให้เห็นถึงความพิการทางสมอง แต่อีกคนหนึ่งอาจแสดงให้เห็นถึงการบกพร่องทางจิตวิทยาซึ่งทั้งสองอย่างอาจจะก่อให้เกิดความไม่ เป็นระเบียบในการปรับตนเองให้เข้ากับสภาวะแวดล้อม ความไม่ เป็นระเบียบทางพฤติกรรมอย่างรุนแรง อาจจะได้มาจากอายุสมองของเด็ก และความคาดหวังที่เด็กจะได้จากสภาวะแวดล้อมที่ตนอาศัยอยู่สิ่ง ที่ปรากฏว่าเป็นสิ่งร้ายแรงของบุคคลปัญญ่าอ่อนที่มีอายุมากจะเป็นพฤติกรรมที่พบได้เสมอในเด็กปกติอายุ ๒ ขวบ ตัวอย่างเช่น การมีอารมณ์โมโห การโกหกที่เหลือเชื่อ การอวดของลับ หรือการปัสสาวะรดที่นอน พฤติกรรมดังกล่าวไม่สามารถช่วยให้คนพวกนี้รู้สึกผ่อนคลายความตึงเครียด เพราะคนพวกนี้มีความอดทนต่อความตึงเครียดได้น้อย ความตึงเครียดซึ่งเกิดจากการบีบบังคับ ความต้องการ ความขัดแย้งและความกระวนกระวายใจ การผันแปรในด้านความคิดหรือสมองที่ติดตามมากับการที่ไม่สามารถปรับตัวเองได้ ซึ่งอาจอธิบายในลักษณะของความยุ่งเหยิงในพฤติกรรมซึ่งอาจออกมาในรูปของการก้าวร้าว การเก็บความรู้สึก การบิดเบือนความจริง หรือปฏิกริยาต่าง ๆ ที่แสดงถึงความเจ็บปวด โรคกลัวที่ผิดธรรมดา การอ้วนเกินปกติ การทำงานของสมองที่พิการ เหมือนกับอวัยวะซึ่งไม่สามารถจะเปลี่ยนได้ไม่ว่าจะด้วยกระบวนการใด ๆ จนกว่าจะมีกระบวนการของปฏิกริยา การปรับตัวเองผลักดันให้สมองทำงาน

ผู้ปกครองอาจจะซ่อนความรู้สึกที่เป็นลบด้วย การให้การปกป้องบุตรมากเกินไป แต่ก็ยังรู้สึกละอายใจในการที่มีบุตรเป็นปัญญาอ่อน ความพยายามที่จะบังคับให้การพัฒนาทางสมองของของเด็กก้าวหน้าขึ้นจึงล้มเหลวอยู่บ่อย ๆ เด็กปัญญาอ่อนเวลาอารมณ์ดีจะแสดงความสามารถที่ดีที่สุดออกมา แต่ก็ยังไม่เป็นที่พอใจของบิดามารด เด็กเหล่านี้จะรู้สึกผิดและต้องทนเก็บความผิดนี้ไว้ แต่มีการแสดงออกถึงความไม่พอใจในตอนแรกความรู้สึกของเด็กจะอยู่ในสถานการณ์ที่ควบคุมไม่ได้ แต่ต่อมาเขาจะสามารถควบคุมได้ทีละ เล็กเล็่น้อย เขาจะรู้สึกถึงการยอมรับและไม่

ยอมรับของผู้ปกครองรวมทั้งการปฏิเสธของผู้ปกครอง ความบกพร่องในเรื่องความเป็นตัวของเขาเอง และการพัฒนาการควบคุมตนเองทำให้เขาทำกิจกรรมในแต่ละวันโดยอัตโนมัติ แต่ทัศนคติที่ตรงข้ามกับผู้ปกครอง พี่น้องและเพื่อนรุ่นเดียวกัน จะทำให้เกิดความขุ่นเคือง จนไม่สามารถจัดการกับสิ่งที่ขวางกั้นอยู่ให้สำเร็จลงได้ จนในที่สุดอาจกลายเป็นปัญหาเชิงพฤติกรรมที่บ้าน ในโรงเรียน และในสังคม ที่บ้านเขาจะหลบเลี่ยงที่จะพบหน้าพี่น้อง จะหนีโรงเรียนเป็นเด็กเถร

การบำบัดทางจิตวิทยา

การวินิจฉัยอาการของโรคเกี่ยวกับปัญหาเชิงพฤติกรรมของบุคคลปัญญาอ่อน เป็นสิ่งที่จำเป็นมากแต่ก็ยังไม่เพียงพอในการรักษา และที่สำคัญมากไปกว่านั้นคือการประเมินค่าพื้นฐานของพฤติกรรม การประเมินค่านี้ขึ้นอยู่กับประวัติของการพัฒนาการ การตรวจวัดระดับ เกณฑ์ภาคเขาวัว และการทดสอบของนักจิตวิทยา

การบำบัดทางจิตวิทยาจะช่วยรักษาแต่ละบุคคลในการแสดงพฤติกรรมที่กำลังดำเนินอยู่ ออกมาในทางบวก การช่วยเหลือบุคคลปัญญาอ่อนโดยการใช้วิธีการแนะนำ การชักชวน ให้ข้อเสนอแนะ และการทำให้แน่ใจโดยยอมรับว่าบุคคลปัญญาอ่อนเป็นเอกบุคคลที่มีคุณค่า ยอมให้เขาแสดงปฏิกิริยาทางอารมณ์ออกมาอย่างชัดเจน สอนวิชาการที่จะจำกัดความต้องการที่มีมากเกินไป ผักกาดศิลปะในการควบคุมอารมณ์ เพื่อความเชื่อมั่นในตนเองโดยได้รับจากประสบการณ์ทางบวกจะช่วยสร้างความเชื่อมั่น จนในที่สุดกระบวนการทางจิตวิทยาจะเข้าถึงส่วนที่อยู่ลึกลงไปจิตใจของบุคคลปัญญาอ่อน จะช่วยให้เกิดการเปลี่ยนแปลงเชิงพฤติกรรมขึ้น

การบำบัดด้วยการเล่น

การรักษาโรคโดยใช้การเล่น เป็นเสมือนตัวแทนของสถานการณ์ การเล่นอาจเริ่มต้นด้วยการเลือกของเล่น จากแรงกระตุ้นที่เป็นไปตามธรรมชาติจะช่วยลดความกระวนกระวายใจและช่วยให้การแสดงออกของเด็กทำได้ง่ายขึ้น ซึ่งการบำบัดวิธีนี้จะช่วยพัฒนาความสามารถในการ

แสดงออกทำให้เด็กได้เล่นอะไรตามความต้องการของเขา และรู้สึกเป็นอิสระในการแสดงออก
เกิดความรู้สึกปลอดภัยและได้รับความพอใจ

การบำบัดแบบปลดปล่อย

อารมณ์ของบุคคลปัญญาอ่อน โดยทั่วไปควบคุมไม่ค่อยได้แยกความแตกต่างออก
ไม่ได้ ความรู้สึกจะเป็นไปในทางลบ เช่นเมื่อเกิดอารมณ์โกรธจะแสดงการโหมตีอย่างไร้จุดหมาย
ที่ของเล่น ขณะเด็กผ่อนคลายความรู้สึกในทางลบเช่นนี้ ความโกรธจะสัมพันธ์กับบุคคลหรือประสบการณ์
และความรู้สึกเป็นศัตรูก็จะค่อย ๆ อ่อนลงเมื่อเด็กระบายออกที่ของเล่น และต่อมาเด็กจะแยกทัศนคติ
ที่ดีและไม่ดีออกจากกันได้โดยขึ้นอยู่กับความเป็นจริงของชีวิต

ผู้ให้การรักษาดึงเข้าให้ถึงเด็กด้วยความบริสุทธิ์ใจ เคารพความรู้สึกของเด็ก
โดยไม่พิจารณาถึงความโกรธ ความกลัว ความเกลียดและรู้สึกขุ่นเคือง จึงจะช่วยให้เกิดความ
รู้สึกที่อยากจะทำให้เด็กสามารถแสดงออกถึงทัศนคติหรือความสามารถที่ไม่เคยแสดงออกมาก่อน
ได้เช่น การแสดงออกโดยการวาดภาพ การปั้นดิน เป็นต้น

การรักษาโดยการใช้น้ำ

โดยมากบุคคลปัญญาอ่อนหรือผู้ที่สมองถูกทำลายมักจะมีอาการปวดศีรษะ จากการ
ทดลองของนายแพทย์ Fay พบว่าสามารถบรรเทาอาการปวดศีรษะของบุคคลปัญญาอ่อนโดยการลด
ปริมาณของของเหลวในอาหาร อาหารที่กำหนดให้จะต้องมีปริมาณของแคลลอรีเพียงพอต่อการเจริญ
เติบโต โดยจะต้องมีจำนวนโปรตีน ๑ - ๒ กรัม ต่อ ๑ กิโลกรัมของน้ำหนักตัว นอกจากนั้นปริมาณ
ของคาร์โบไฮเดรตและไขมันควรจะมีอัตราส่วน ๑:๑ หรือ ๑.๕:๑ ควรลดอาหารที่ประกอบด้วย
น้ำมากหรือใช้น้ำในปริมาณน้อยมาก เช่น นม มะพร้าว เครื่องดื่ม ชุบ ผลไม้ ผักชนิดต่าง ๆ เยลลี่
และของหวาน อาหารที่อบหรือที่ปิ้งดีกว่าอาหารที่ต้ม ควรหลีกเลี่ยงอาหารที่เค็มจัดและใส่เครื่อง

ซูสมาก เช่น เนื้อเค็ม ปลาเค็ม

๔. การป้องกันปัญญาอ่อน

๔.๑ การป้องกันขณะที่ทารกอยู่ในครรภ์

องค์ประกอบทางพันธุกรรม องค์ประกอบทางพันธุกรรมในเด็กจะได้มาจากยีนส์ (genes) ของบิดามารดา ยีนส์นี้อาจเปลี่ยนแปลงทั้งในขณะที่เด็กอยู่ในครรภ์มารดาหรือหลัง เด็กเกิด ลักษณะจะมีทั้งลักษณะเด่นและลักษณะด้อย จากการศึกษาสถิติความแตกต่างของเกณฑ์ภาคเซวาน์ ในระหว่างพี่น้องได้แสดงให้เห็นว่าร้อยละ ๗๐ ของคนปัญญาอ่อนมีสาเหตุมาจากกรรมพันธุ์ แต่บางรายมีสาเหตุมาจากผลของอิทธิพลของสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไป

โดยทั่ว ๆ ไป เกณฑ์ภาคเซวาน์โดยเฉลี่ยของเด็กภายในครอบครัวเดียวกันจะเท่ากับของบิดามารดา แต่มีข้อยกเว้นสำหรับครอบครัวที่มีบุตรเป็นปัญญาอ่อน สาเหตุของการเป็นปัญญาอ่อนทางพันธุกรรมเป็นเพราะบางครั้งมียีนส์ซึ่งต่างจากกลุ่มยีนส์ปกติปะปนเข้ามา และขณะที่ทารกอยู่ในครรภ์ สภาวะแวดล้อมที่ไม่ดีซึ่งมีส่วนส่งเสริมให้เกิดการต่อต้านอย่างรุนแรง ทั้งสองกรณีนี้ไม่เพียงแต่จะมีผลทำให้เป็นปัญญาอ่อนเท่านั้น แต่ยังทำให้อารมณ์และสัมพันธูญะเสื่อมอีกด้วย แม้ว่าสิ่งเหล่านี้จะวัดไม่ได้ด้วยการทดสอบทางจิตวิทยา^๑

จากลักษณะ เดิมที่เกิดการบกพร่องทางสมองตามภูมิหลังของครอบครัวทำให้ยากที่จะคาดคะเนได้ว่าเมื่อไรอาการนี้จะไปปรากฏในชั้นลูกหลานอีก ถ้าลักษณะผิดปกตินี้เป็นไปอย่างรุนแรง

^๑Newton Kugelmass, the Management of Mental Deficiency in Children, Grune & Stratton, New York, London, 1954 p. 288.

โอกาสที่บุตรจะได้รับผลกระทบจากการผิดปกติก็ย่อมมีมาก แต่ถ้าความผิดปกตินั้นไม่ปรากฏอย่างเด่นชัดก็ยากที่จะบอกได้ว่าการถ่ายทอดความผิดปกติจะปรากฏในคนรุ่นใด บิดามารดาที่ได้รับเอาความผิดปกตินี้ไว้ถ้าไปแต่งงานกับคนปกติ จะมีโอกาสได้บุตรที่เป็นปกติถึง ๑ : ๑ แต่ถ้าบิดามารดาไม่ได้แสดงความผิดปกติเกี่ยวกับการ เป็นปัญญาอ่อน ความผิดปกติก็จะไม่ถ่ายทอดไปยังลูกหลาน

การเอาใจใส่สุขภาพของทารก ในระยะ ๒ เดือนแรกของการตั้งครรภ์ อวัยวะส่วนต่าง ๆ ของทารกเริ่มมีการพัฒนาอาจถูกกระทบกระเทือนได้ง่าย ดังนั้นมารดาจึงต้องรักษาตัวให้ปลอดภัยจากการขาดธาตุอาหาร ความผิดปกติของต่อมต่าง ๆ ในร่างกาย การตกเลือด มดลูกผิดปกติ การได้รับบาดเจ็บ การติดเชื้อ และการเป็นพิษอื่น ๆ การรักษาสุขภาพส่วนตัวก่อนคลอด จะช่วยให้มารดาคลอดได้สะดวก โดยเฉพาะก่อนตั้งครรภ์ควรได้รับการตรวจสุขภาพให้เรียบร้อย เมื่อตั้งครรภ์แล้วจะต้องรักษาสุขภาพให้ดีที่สุด เพื่อความสะดวกปลอดภัยในการคลอด รวมทั้งวิธีการป้องกันความบกพร่องทางสมองทารก ซึ่งอาจเกิดจากสภาวะภายในมดลูก และสภาพแวดล้อมภายในครรภ์ ได้แก่ ลักษณะผิดปกติในเด็กแรกเกิด เช่น นิ้วกุด ต่อมธัยรอยด์ผิดปกติ ซิฟิลิสในสมอง เยื่อหุ้มสมองอักเสบ หัวโตผิดปกติ และความผิดปกติมาแต่กำเนิดของเยื่อสมองและกระโหลกศีรษะ

อายุของบิดามารดา ตามผลการวิจัยทางการแพทย์พบว่า มารดาที่มีบุตรที่มีคุณภาพดีควรจะมีอายุอยู่ในช่วง ๒๕ - ๓๐ ปี สำหรับบิดามารดาที่มีอายุต่างกันมากจะทำให้บุตรมีระดับสติปัญญาเฉลี่ยฉลาดน้อยกว่าบุตรของบิดามารดาที่มีอายุใกล้เคียงกัน^๑

การขาดธาตุอาหาร ตามปกติทารกในครรภ์ต้องการอาหารที่เหมาะสมต่อการเจริญเติบโต ถ้าการถ่ายทอดรูปร่างลักษณะและโครงสร้างระหว่างมารดาและทารก ถูกขัดขวาง ก็จะทำให้ เกิดการผิดปกติขึ้นในอวัยวะซึ่งกำลังพัฒนา เมื่อ เยื่อภายในมดลูกทำหน้าที่คอยป้องกัน

^๑Ibid, p. 289.

การสูญเสียอาหารของทารก การป้องกันอาจได้ผลสมบูรณ์ถ้าความผิดปกตินั้นเป็นเพียงเล็กน้อย แต่ถ้าความผิดปกตินั้นอยู่ในขั้นรุนแรงก็อาจทำให้ทารกตายขณะอยู่ในครรภ์ได้ นายแพทย์ Burke^๑ พบว่า ๒ ใน ๓ ของทารกที่มารดาขาดธาตุอาหารจะตายในขณะคลอดหรือตายตั้งแต่วัยเด็ก โดยจะคลอดก่อนกำหนดและจะมีความผิดปกติมาแต่กำเนิด ด้วยเหตุนี้มารดาทุกคนควรจะเปลี่ยนนิสัยในการรับประทานอาหาร โดยเลือกรับประทานอาหารที่มีคุณค่าเพื่อทารกจะได้เติบโตอย่างเต็มที่

ความผิดปกติของฮอร์โมนจากต่อมเอ็นโคไครน์ ฮอร์โมนในมารดาจะมีผลกระทบต่อการเจริญเติบโตรวมทั้งการพัฒนาทางสมองและระบบประสาทของทารก ในขณะที่เริ่มปฏิสนธิและเมื่อทารกกำลังเจริญเติบโตอยู่ในครรภ์ ถึงแม้ว่าจะแยกระบบโลหิตของทารกจากมารดาหรือจากฝาแฝดด้วยกัน แต่อิทธิพลทางกายภาพก็ยังคงมีร่วมกันอยู่ ต่อมธัยรอยด์ ต่อมพิทูอิทารี และตับอ่อนก็จะได้รับผลกระทบจากการที่มารดามีฮอร์โมนผิดปกติมากที่สุด นายแพทย์ Kimball^๒ ได้พบว่า ๑๗ เปอร์เซ็นต์ ของเด็กที่เป็นปัญญาอ่อนเป็นผลเนื่องมาจาก ต่อมธัยรอยด์ในมารดาทำหน้าที่ผลิตฮอร์โมนน้อยเกินไปในขณะที่เด็กอยู่ในครรภ์

การติดเชื้อ การติดเชื้อในระบบประสาทของทารกในระยะที่ทารกอายุประมาณ ๒ - ๓ เดือน อาจทำให้ทารกเป็นปัญญาอ่อนได้ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับความรุนแรงของเชื้อและการพัฒนาการของเด็ก การที่มารดาติดเชื้อที่สำคัญ เช่น อีพิลิส วัณโรค ไทฟอยด์ มาเลเรีย หัด โดยเฉพาะหัดเยอรมัน อาจลุกลามไปยังทารกในครรภ์ได้ เชื้อนี้จะทำลายส่วนที่เป็นสมองของทารก โรคติดเชื้อส่วนใหญ่สามารถป้องกันได้โดยการรักษาสุขภาพให้ดี อย่างไรก็ตาม

^๑Newton Kugelmass, the Management of Mental Deficiency in Children, pp. 271 - 292.

^๒Ibid. p. 293.

ความผิดปกติทางสมองแต่กำเนิดอันเนื่องมาจากซิฟิลิสมีจำนวนไม่ถึง ๔ เปอร์เซ็นต์ ของสาเหตุการเป็นปัญญาอ่อนทั้งหมด การติดต่อของเชื้อหัดเยอรมันจากมารดาในระยะ ๓ เดือนแรกของการตั้งครรภ์จะทำให้เกิดการผิดปกติทางสมองของเด็กได้ถึง ๔ เปอร์เซ็นต์ ของความผิดปกติทั้งหมด

อันตรายจากสารเคมี สารเคมีที่เป็นอันตรายจะทำลายเนื้อเยื่อซึ่งเป็นเหตุทำให้เกิดความพิการแต่กำเนิด ยาบางชนิดขัดขวางการเจริญเติบโตตามปกติของอวัยวะในขณะที่ยังอยู่ในครรภ์ของเด็กกำลังพัฒนาการ แต่ทั้งนี้จะมีผลมากในระยะที่มีการปฏิสนธิ สารเคมีที่เป็นอันตรายเช่น เบนซอล (benzol) ไอโอดีนสารตะกั่ว สารปรอท (mercury) นิโคติน (nicotine) ซึ่งเป็นพิษต่ออวัยวะทั้งมารดาและเด็ก ยาควินินอาจทำให้เด็กหูหนวกได้ถ้ามารดาใช้มากเกินไป อัลกอฮอล์ก็เป็นอันตรายจะทำให้ร่างกายอ่อนแอแต่ไม่ทำลายเซลล์หรือเนื้อเยื่อ

อันตรายจากกัมมันตภาพรังสี การรักษาทางการแพทย์ในระยะหลังได้มีการรักษาโรคโดยการฉายรังสีและฝังแร่เทียมเพื่อบำบัดโรค แต่รังสีดังกล่าวมีทั้งประโยชน์และโทษ โทษคือจะทำให้เซลล์หยุดชะงักการเจริญเติบโต หรือมีผลทำให้ไขสันหลังโป่ง และทำให้เกิดความพิการอื่น ๆ อีก ดังนั้นในขณะที่มารดาตั้งครรภ์ต้องระวังการฉายรังสี เพราะอาจไปทำลายเซลล์ระบบประสาทส่วนกลางของทารกได้

ในสมัยก่อนเชื่อว่า การฉายรังสีที่รังไข่จะไม่มีอิทธิพลต่อทารกในครรภ์แต่อย่างใด แต่ภายหลังพบว่า การฉายรังสีอาจทำให้เกิดการผ่าเหล่า หรือโครโมโซมแตกกระจายได้ ดังเช่น นายแพทย์ Merphy ได้พบว่ารังสีที่ได้รับการฉายรังสีเพียงเล็กน้อยก็มีผลต่อการพัฒนาการของทารก และนายแพทย์ Muller ได้ทดลองให้เห็นว่า เซลล์ของรังไข่ของแมลงวันที่ได้รับการฉายรังสี

จะมีการพัฒนาเปลี่ยนแปลงไปตลอดชั่วอายุ

๕.๒ การป้องกันการเป็นปัญหาอ่อนในขณะคลอด

การคลอดก่อนกำหนด การคลอดก่อนกำหนดโดยมากจะ เนื่องมาจากสุขภาพของการตั้งครรภ์และสภาพที่ผิดปกติต่าง ๆ ของมารดา ดังนั้นการรักษาสุขภาพก่อนคลอด การควบคุมสภาวะของฮอร์โมน ภูมิคุ้มกันอาหาร สุขอนามัย การพักผ่อนหย่อนใจของมารดาเป็นสิ่งจำเป็น บางครั้งการคลอดก่อนกำหนดมีความจำเป็นต่อสวัสดิภาพของมารดา แต่ควรจะทอดเวลาให้นานเท่าที่สภาพของมารดาจะอำนวยได้ เพื่อให้ทารกที่อยู่ในครรภ์นานขึ้นซึ่งทารกควรจะอยู่ในครรภ์จนกระทั่งมีน้ำหนัก เหมาะสมพอที่จะมีการพัฒนาและมีชีวิตอยู่รอดได้

สาเหตุของการคลอดก่อนกำหนดมีมากมายหลายประการ เช่น การรับประทานอาหารที่ขาดคุณค่าทางโภชนาการ โรคติดต่อร้ายแรงและเรื้อรัง โลหิตเป็นพิษ การตกเลือด การได้รับบาดเจ็บหรืออุบัติเหตุ ความผิดปกติทางพันธุกรรม ฯลฯ ซึ่งถ้าได้รับการตรวจและบำบัดรักษาเสียแต่แรกจะช่วยป้องกันการเสี่ยงในการคลอดก่อนกำหนด

อันตรายจากการคลอด การป้องกันอันตรายจากการคลอด เป็นเรื่องที่ทำได้ยาก แต่อย่างไรก็ดีการรักษาสุขภาพให้เป็นปกติก่อนคลอดและทำการคลอดด้วยความระมัดระวังเป็นองค์ประกอบที่สำคัญที่สุด การให้วิตามิน K แก่มารดา ก่อนคลอดจะช่วยลดการตกเลือดและช่วยให้ทารกแรกเกิดไม่เป็นโลหิตจาง การใช้ยาชาและยาสลบด้วยความระมัดระวังจะช่วยป้องกันการเลือดคั่งในสมอง

อันตรายจากการคลอด เป็นสาเหตุที่พิเศษอย่างหนึ่งที่ทำให้เกิดการ เป็นปัญหาอ่อนได้ มีข้อสันนิษฐานว่าสมองที่ได้รับการกระทบกระเทือนจากการคลอดจะเป็นเหตุหนึ่งที่ทำให้เกิดอาการผิดปกติในสมองและการคลอดยากจะทำให้เกิดอันตรายแก่ทารก เพราะเนื่องมาจากมีเลือด

^๑Ibid, pp. 294 - 295.

ทั้งในสมองและอาจเป็นสาเหตุของการผิดปกติในสมองของทารกได้

๔.๓ การป้องกันภาวะปัญญาอ่อนภายหลังคลอด

การป้องกันอันตรายที่ศีรษะ เด็กทารกจะได้รับอันตรายที่ศีรษะได้ง่ายกว่าผู้ใหญ่ ฉะนั้นการป้องกันจึงเป็นวิธีการที่ดีที่สุดและยังทำให้ปลอดภัยจากอาการผิดปกติทางสมองดังต่อไปนี้ คือ การคุมพฤติกรรมของตนเองไม่ได้ บางครั้งมีอาการเฉื่อยชา อาการชัก รวมถึงการเป็นปัญญาอ่อน การที่สมองส่วนบนถูกทำลายและเลือดคั่งในสมองส่วนนอกจะเป็นเหตุให้เกิดอัมพาตในอวัยวะต่าง ๆ อัมพาตครึ่งซีกและเป็นใบ้ ถ้าสมองส่วนล่างถูกทำลายจะทำให้ตาบอดและหูหนวกได้ สมองที่ได้รับการกระทบกระเทือนจากการล้มฟาด อาจทำให้อารมณ์ไม่ค่อยมั่นคง การทำงานของสมองจะเป็นไปอย่างช้า

การติดเชื้อในระบบประสาทส่วนกลาง เด็กที่สมองถูกทำลายจนระดับสติปัญญาต่ำลงจะทำให้เกิดการพัฒนาพฤติกรรมที่สับสนและ เบี่ยงเบนไปจากปกติซึ่ง เป็นอุปสรรคต่อการ เรียนรู้ ในปัจจุบันไม่มีวิธีการใดที่เหมาะสมสำหรับการป้องกันสมองอักเสบ แต่สำหรับความผิดปกติซึ่งทำให้ผิดปกติไปจากคนธรรมดาสามัญ อาจป้องกันได้ด้วยการฉีด เชื้อรวมทั้งให้ภูมิต้านทานสูงและวัคซีนป้องกัน ส่วนยาชันฟาโคอะซิน จะช่วยป้องกันจากการติดเชื้อโดยการให้เด็กรับประทาน เป็นประจำภายใต้ คำแนะนำของแพทย์

๔.๔ การป้องกันการเกิดปัญญาอ่อนไปยังคนรุ่นหลัง

การให้คำแนะนำเพื่อปรับปรุงเผ่าพันธุ์มนุษย์ให้ดีขึ้น การเป็นปัญญาอ่อนในครอบครัวใดครอบครัวหนึ่ง ค่อมามีจะมีคำถามเกี่ยวกับความปรารถนาที่จะสมรสหรือไม่ ก็เป็นคำถามเกี่ยวกับการกำเนิดบุตรซึ่งทำให้พันธุกรรมของเขา เพิ่มบทบาทมากโดยเฉพาะอย่างยิ่งในเรื่องความพิการทางสมอง การให้คำแนะนำนับว่าเป็นเรื่องสำคัญมาก โดยคำแนะนำนั้นต้องตั้งอยู่บนรากฐานของความรู้และเข้าใจสภาพของบิดามารดาหรือความปรารถนาจะมีบุตรอย่างแท้จริงของบิดามารดา ขนาดของครอบครัว อายุของบิดามารดา สภาพแวดล้อมทั้งทางสังคม

