

# เด็กแอลดี

คู่มือสำหรับพ่อแม่/ผู้ปกครอง



- ชื่อหนังสือ : เด็กแอลดี คู่มือสำหรับพ่อแม่/ผู้ปกครอง  
จัดพิมพ์โดย : สถาบันราชานุกูล  
พิมพ์ครั้งที่ 1 : สิงหาคม 2555 จำนวน 2,000 เล่ม  
พิมพ์ครั้งที่ 2 : มิถุนายน 2556 จำนวน 10,000 เล่ม (ฉบับปรับปรุง)  
พิมพ์ครั้งที่ 3 : เมษายน 2557 จำนวน 3,000 เล่ม  
พิมพ์ที่ : โรงพิมพ์ ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด

# คำนำ



เมื่อกล่าวถึงเด็กแอลดี หรือเด็กที่มีปัญหาการเรียนรู้อาจที่คนทั่วไปจะนึกถึงคือเด็กฉลาดเฉลียวในทุกๆ เรื่อง แต่กลับมีปัญหาการเรียน เนื่องจากอ่านหนังสือไม่คล่อง เขียนหนังสือผิดๆ ถูกๆ หรือมีปัญหาในการคำนวณ ในปัจจุบันเด็กแอลดีหรือเด็กที่มีปัญหาการเรียนรู้อาจเป็นกลุ่มเด็กที่มีความต้องการพิเศษในการจัดการเรียนการสอน ดังจะเห็นว่าครูผู้สอนจะต้องมีการจัดการเรียนการสอนแบบรายบุคคล ร่วมกับการใช้เทคนิควิธีในการสอนต่างๆ เพื่อให้เด็กได้เรียนรู้อย่างเต็มศักยภาพ ไปพร้อมกับเด็กอื่นๆ ในวัยเดียวกัน นอกจากนี้สิ่งสำคัญที่จะช่วยให้เด็กแอลดีหรือเด็กที่มีปัญหาการเรียนรู้อประสบความสำเร็จได้คือ ความเข้าใจและการสนับสนุนช่วยเหลือในด้านต่างๆ จากครอบครัวอีกด้วย

คู่มือเล่มนี้เป็นการรวบรวมความรู้ทั้งจากตำราและจากข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์แลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์ระหว่างผู้ปกครอง ครูและบุคลากรศึกษาพิเศษที่มีประสบการณ์กับเด็กแอลดีหรือเด็กที่มีปัญหาการเรียนรู้อ โดยรวบรวมลักษณะอาการที่พบได้บ่อยในแต่ละช่วงวัย ปัญหาอื่นๆ ที่อาจพบรวบรวมถึงแนวทางการดูแลช่วยเหลือและเทคนิคการสอนเด็กแอลดีต่างๆ ที่ง่ายต่อการนำไปปฏิบัติจริง คณะผู้จัดทำหวังว่าคู่มือเล่มนี้น่าจะเป็นตัวช่วยที่ดีในการช่วยผู้ปกครองในการดูแลเด็กแอลดีหรือเด็กที่มีปัญหาการเรียนรู้อต่อไป

คณะผู้จัดทำ

กะต่ายเริ่ม  
ลับตาลง



กระต่ายเริ่ม  
นลับตาลง





# สารบัญ



มาทำความรู้จักกับเด็กแอลดี	7
ข้อสังเกตเด็กแอลดีแต่ละช่วงวัย	9
พบเด็กแอลดีได้บ่อยแค่ไหน	13
เพราะอะไรจึงเป็นแอลดี	13
ปัญหาอื่นที่พบร่วม	14
แพทย์ตรวจอย่างไรจึงบอกได้ว่าเด็กเป็นแอลดี	16
การช่วยเหลือเด็กแอลดี	17
อนาคตของเด็กแอลดี	19
คุณพ่อคุณแม่จะช่วยเหลือเด็กแอลดีได้อย่างไร	21
การรักษาโรคที่พบร่วมกับแอลดี	35
เอกสารอ้างอิง	37



# เด็กแอลดี

คู่มือสำหรับพ่อแม่/ผู้ปกครอง



# เด็กแอลดี



## มาทำความรู้จักกับเด็กแอลดี

ความบกพร่องทางการเรียนรู้ หรือที่เรียกสั้นๆว่า “แอลดี” เป็นคำที่ใช้เรียกกลุ่มความผิดปกติของการรับรู้ข้อมูลและมีปัญหาในการนำข้อมูลนั้นไปใช้ในด้านกาฟัง พูด อ่าน เขียน การคิดคำนวณซึ่งความบกพร่องนี้เกิดจากความผิดปกติของการทำงานของสมอง

คุณแม่ท่านหนึ่งมีลูกชายเป็นแอลดี ได้บอกว่า “ตอนแรกไม่รู้แต่สงสัยว่าทำไมลูกอ่านหนังสือไม่ออกตอน ป.2 พุดคำหน้า-หลัง สลับกันไปหาหมอจึงทราบว่าเป็น เด็กแอลดี”

หน้าตาของเด็กจะปกติเหมือนเพื่อนในห้องทุกอย่างพูดคุยตอบคำถามทั่วไปได้รู้เรื่องดี แต่เวลาเรียนหนังสือความสามารถในการเรียนของเด็กจะต่ำกว่าเด็กคนอื่นในวัยเดียวกัน เช่น เด็กเรียนอยู่ชั้น ป.3 แต่อ่านหนังสือได้เท่ากับเด็ก ป.1

ทั้งนี้ความบกพร่องดังกล่าวต้องมีได้เกิดจากการถูกละทิ้ง ละเลย ขาดโอกาส ไม่ได้เรียน เจ็บป่วยรุนแรง ตาบอด หูหนวก แขนขาพิการ หรือเป็นชาวต่างชาติ

โดยการวินิจฉัยว่าเด็กมีความบกพร่องทางการเรียนรู้หรือไม่นั้น เด็กจะต้องมีความยากลำบากในการเรียนรู้และการใช้ทักษะทางการศึกษาอย่างต่อเนื่องเป็นเวลาอย่างน้อย 6 เดือน ทั้งๆที่เด็กได้รับการดูแลที่ถูกต้องและเหมาะสมแล้ว ซึ่งแบ่งออกเป็น 3 ประเภท

## เด็กแอลดีที่พบได้บ่อยนั้น แบ่งออกเป็น 3 ประเภทด้วยกันค่ะ

### 1. ความบกพร่องด้านการอ่าน

เด็กมีความบกพร่องในการจดจำ พยัญชนะ สระ ขาดทักษะในการสะกดคำและเรียนรู้คำศัพท์ใหม่ๆ ได้อย่างจำกัด จึงอ่านหนังสือไม่ออก หรืออ่านแต่คำศัพท์ง่ายๆ อ่านผิด ใช้วิธีการเดาคำเวลาอ่าน อ่านได้แต่คำที่เห็นบ่อยเนื่องจากใช้วิธีการจำคำไม่อาศัยการสะกด อ่านตะกุกตะกัก

### 2. ความบกพร่องด้านการเขียนสะกดคำ

เด็กมีความบกพร่องในการเขียนพยัญชนะ สระ ตัวสะกด วรรณยุกต์ และการันต์ ไม่ถูกต้องตามหลักภาษาไทย จึงเขียนหนังสือและสะกดคำผิด มีปัญหาการเลือกใช้คำศัพท์การแต่งประโยคและการสรุปเนื้อหาสำคัญ ทำให้ไม่สามารถถ่ายทอดความคิดผ่านการเขียนได้ตามระดับชั้นเรียน แต่สามารถลอกตัวหนังสือตามแบบได้

### 3. ความบกพร่องด้านคณิตศาสตร์

เด็กขาดทักษะและความเข้าใจเกี่ยวกับตัวเลขการนับจำนวน การจำสูตรคูณ การใช้สัญลักษณ์ทางคณิตศาสตร์ จึงไม่สามารถคิดหาคำตอบจากการบวก ลบ คูณ หาร ตามกฎเกณฑ์ทางคณิตศาสตร์ได้

เรื่องราวของคุณแม่คนนี้น่าจะสะท้อนภาพของเด็กแอลดี ได้เป็นอย่างดี “แอลดี ทราบได้เพราะอ่านแล้วจำไม่ได้ เขียนกลับหลัง อย่างเช่น เขียน ก.ไก่ ก็เขียนกลับหลัง เขียนได้ดี 3 บรรทัดก็เขียนตัวโต เขียนเลยบรรทัดไป เวลาเรียนไม่เข้าใจภาษาทั้งภาษาไทย ภาษาอังกฤษ คณิตศาสตร์ แต่พูดได้หลายภาษา พูดเก่ง”

นอกจากนี้ยังมีการแบ่งเด็กตามความรุนแรงของโรค โดยแบ่งเป็น 3 ระดับ คือ น้อย ปานกลางและรุนแรง ทั้งนี้ทั้งนั้นขึ้นอยู่กับหลายปัจจัยในการประเมินระดับความรุนแรง เช่น เด็กมีความยากลำบากในทักษะการเรียนรู้ ก็ด้าน การต้องการความช่วยเหลือสนับสนุนเป็นต้น



## ข้อสังเกต

### เด็กแอลดีแต่ละช่วงวัย

คุณพ่อคุณแม่จะสังเกตว่าลูกเป็นแอลดีได้อย่างไร

#### วัยอนุบาล

- เด็กมีประวัติเริ่มพูดช้า เช่น พูดคำแรก เมื่ออายุ 1 ขวบครึ่ง หรือ 2 ขวบ
- เด็กมีประวัติพูดไม่ชัด หรือ ยังมีการออกเสียงไม่ชัดในบางพยัญชนะ
- มีการพูดสลับคำ, เรียงประโยคไม่ถูก
- พูดตะกุกตะกัก หรือบอกชื่อวัสดุที่ต้องการไม่ได้ ได้แต่ชี้สิ่งของนั้น

- มีปัญหาการสื่อสาร เช่น พูดแล้วคนอื่นฟังไม่เข้าใจ หรือ ฟังคนอื่นไม่เข้าใจ
- มีปัญหาการใช้กล้ามเนื้อมัดเล็กมีลักษณะงุ่มง่าม เชื่องช้า เช่น การหยิบสิ่งของ การผูกเชือกรองเท้า ติดกระดุมเสื้อ จับดินสอไม่ถนัด เขียนหนังสือแล้วเมื่อยเร็ว
- มีปัญหาการใช้สายตาร่วมกับมือ เช่น การกระยะระหว่างสิ่งของ การหยิบแยกวัตถุเล็กๆ จากพื้นหลัง

## วัยที่เรียนชั้นประถมศึกษา

เด็กแอลดีในวัยนี้ลักษณะที่สังเกตได้ชัดเจนคือ ความสามารถด้านการอ่าน การเขียนสะกดคำ และคณิตศาสตร์ ลักษณะของความบกพร่องแต่ละด้าน มีดังนี้

### ความบกพร่องด้านการอ่าน

- อ่านหนังสือไม่ออก อ่านได้แต่คำศัพท์ง่ายๆ ที่สะกดตรงไปตรงมา หรือคำที่เห็นบ่อยๆ
- มีปัญหาในการสะกดคำตามเสียงพยัญชนะ สระ ตัวสะกด
- มีปัญหาในการจำตัวอักษรให้ตรงกับเสียง
- อ่านช้า อ่านตะกุกตะกัก อ่านข้าม อ่านเดาคำจากตัวอักษรแรก
- อ่านคำศัพท์ยากๆ ไม่ได้ เช่น คำควบกล้ำ คำการันต์ คำสระลดรูป คำสะกดเฉพาะ
- สอนแล้วจำยาก จำได้แล้วลืมง่าย
- อ่านได้แต่สรุปจับใจความไม่ได้

## ความบกพร่องด้านการเขียน

- สะกดคำผิด เขียนได้แต่พยัญชนะต้น แต่เลือกใช้ตัวสะกด สระวรรณยุกต์ ไม่ถูกต้อง เช่น มะเขือเทศ เขียนเป็น มะเขงเทก
- เขียนพยัญชนะได้ไม่ครบ 44 ตัว เขียนได้แต่ตัวที่ใช้บ่อยๆ ตัวที่ไม่ค่อยได้เขียนจะเขียนไม่ได้ เช่น ฒ ฎ ฏ
- เขียนกลับซ้าย ขวา เหมือนส่องกระจก สับสนกรม้วนหัวเข้า - ออก
- สับสนกรเขียน - อ่าน คำพ้องรูป พ้องเสียง หรือพยัญชนะที่มีเสียงเหมือนกัน เช่น พ ภา ผ, ส ศ ษ
- มีความบกพร่องในการใช้คำศัพท์ในการแต่งประโยค การเขียนเรียงความเรียงเรียงเนื้อหาในการเขียนตอบคำถามหรือการจดงาน



### ความบกพร่องด้านการคำนวณ

- ไม่เข้าใจค่าของตัวเลข เช่น นับจำนวนได้ไม่ตรงกับเลข เช่น เห็นเลข 5 แต่ไม่เข้าใจว่าหมายถึงของจำนวน 5 ชิ้น
- ไม่เข้าใจค่าของตัวเลขในหลัก เช่น 540 ไม่เข้าใจว่า  $5 = 500$ ,  $4 = 40$  เป็นต้น
- สับสนในหลักการคิดเลข ไม่เข้าใจหลักการบวก การลบ การคูณ การหาร
- เห็นสัญลักษณ์ทางคณิตศาสตร์แล้วไม่เข้าใจความหมาย
- ปัญหาในการวิเคราะห์โจทย์ปัญหาที่เป็นตัวหนังสือ ไม่สามารถแปลเป็นประโยคสัญลักษณ์ทางคณิตศาสตร์ได้
- คิดเลขช้า ผิดพลาด สับสนในการทด การขอยืม





## พบเด็กแอลดีได้บ่อยแค่ไหน

เด็กแอลดีนั้นเราพบได้ทุกชาติ ทุกภาษา ทั่วโลก ประมาณร้อยละ 5 - 10 ของเด็กวัยเรียน ดังนั้น ในทุกโรงเรียนจะมีเด็กเหล่านี้อยู่ชั้นเรียนด้วย

## เพราะอะไรจึงเป็นแอลดี

- การทำงานของสมองบางตำแหน่งบกพร่อง โดยเฉพาะตำแหน่งที่เกี่ยวข้องกับการเรียนรู้และการใช้ภาษาทั้งการอ่าน การเขียน และการพูด
- พันธุกรรม พบว่าเครือญาติอันดับแรกเด็กแอลดี ร้อยละ 35 – 40 จะมีปัญหาการเรียนรู้
- มีภาวะแทรกซ้อนในระหว่างคลอดหรือหลังคลอด เช่น คลอดก่อนกำหนด น้ำหนักแรกคลอดต่ำกว่าเกณฑ์ เป็นต้น
- ความผิดปกติของโครโมโซม

# ปัญหาอื่นที่พบบ่อย

แอลดีมักพบร่วมกับความบกพร่องในการทำงานของระบบประสาทในด้านอื่นร่วมด้วย เช่น

1. โรคสมาธิสั้น เป็นโรคที่พบร่วมกับแอลดีได้บ่อยมากที่สุด สองในสามของเด็กที่เป็นโรคแอลดีจะพบสมาธิสั้นร่วมด้วย อาการของโรคสมาธิสั้นได้แก่ วอกแวกง่าย ไม่สามารถจดจ่อต่อเนื่องกับสิ่งหนึ่งได้เป็นเวลานาน ซน หุนหันพลันแล่น ในเด็กแอลดีที่มีปัญหาสมาธิสั้นร่วมด้วยมักพบว่าเด็กจะมีปัญหาการเรียนควบคู่ไปกับปัญหาพฤติกรรมอย่างแยกไม่ออก

2. ปัญหาในการสื่อสาร เด็กอาจมีประวัติเริ่มพูดได้ช้ากว่าเด็กทั่วไป หรือพูดได้แต่พูดไม่ชัด ออกเสียงไม่ถูกต้อง หรือพูดได้ชัดแต่มีปัญหาในการใช้คำ การเรียงคำในประโยค ทำให้เด็กพูดแล้วคนอื่นฟังไม่เข้าใจ หรือมีปัญหาในการฟังผู้อื่นแล้วไม่เข้าใจ

3. ปัญหาในการประสานงานระหว่างตาและกล้ามเนื้อ เด็กจะมีปัญหาในการใช้นิ้วมือทำงานได้ลำบาก รุ่มง่าม เช่น การใช้มือในการตัดกระดาษ หยิบของชิ้นเล็กๆ ผูกเชือกร้อยเท้า ตัดกระดาษ มีปัญหาในการกระชาระ เช่น ลากเส้นไม่ตรง ระบายสีออกนอกเส้น โยนลูกบอลไม่ลงตะกร้า ตีปิงปองเตะลูกบอลไม่โดน เล่นกีฬาไม่เก่ง



4. ปัญหาพฤติกรรมและอารมณ์ จากการที่เด็กแอลดี เรียนหนังสือได้ไม่ดี ทำให้เกิดอารมณ์วิตกกังวล เครียด เบื่อหน่าย เศร้า เป็นปมด้อย แยกตัว และมีปัญหาพฤติกรรมตามมาได้



## แพทย์ตรวจอย่างไร

### ถึงบอกได้ว่าเด็กเป็นแอลดี

แพทย์จะทำการรวบรวมข้อมูลจากสิ่งต่อไปนี้

- การซักประวัติ ทั้งด้านการเลี้ยงดู พัฒนาการด้านภาษา การสื่อสาร ประวัติการเรียนตั้งแต่ชั้นอนุบาลถึงประถมศึกษา ผลการเรียน สมุดการบ้าน รายงานจากโรงเรียน ผลกระทบที่เกิดขึ้นและการช่วยเหลือที่ผ่านมา รวมทั้งประวัติทางพันธุกรรม เช่น ปัญหาการอ่านเขียนของเครือญาติ
- การค้นหาปัญหาทางจิตใจที่อาจเป็นสาเหตุหรือเป็นผลกระทบของปัญหาความบกพร่องในการเรียนรู้ของเด็ก
- การทดสอบไอคิว และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

## การช่วยเหลือเด็กแอลดี

- ทางการศึกษา ครูประจำชั้นหรือครูการศึกษาพิเศษจะวางแผนการจัดการศึกษาเฉพาะบุคคล มีการนำสื่อ เทคโนโลยีต่างๆ เข้ามาประกอบในการเรียนการสอน ตามสภาพปัญหาของเด็กๆ เช่น เครื่องคอมพิวเตอร์ เทป วีดิทัศน์ เครื่องคิดเลข ฯลฯ
- ทางการแพทย์ โดยแก้ไขปัญหาเฉพาะที่เกิดร่วมด้วย เช่น โรคมาริตัน ปัญหาการประสานงานของกล้ามเนื้อ ปัญหาในด้านการพูดและการสื่อสาร
- การลดความรุนแรงของผลกระทบที่ตามมา เช่น ปัญหาการเรียน ปัญหาทางอารมณ์ ปัญหาพฤติกรรม และปัญหาการปรับตัว โดยคัดกรองปัญหาแต่แรกเริ่ม ให้กำลังใจ และให้ความช่วยเหลือตามแนวทางที่เหมาะสม
- การช่วยเหลือด้านจิตใจ โดยเสริมสร้างความรู้ ความเข้าใจให้กับครอบครัวเพื่อให้เกิดความเข้าใจว่าเป็นความบกพร่องที่ต้องให้การช่วยเหลือ ไม่ตำหนิตีติยว่าเป็นความไม่เอาใจใส่ของเด็ก

เสริมสร้างความรู้  
ความเข้าใจ  
ให้กับครอบครัว





## อนาคตของเด็กแอลดี

เด็กแอลดีเมื่อเติบโตขึ้นจะสามารถใช้ชีวิตได้เหมือนปกติทั่วไป (หากได้รับการช่วยเหลือที่ถูกต้อง) สามารถเข้าสังคมกับกลุ่มเพื่อนได้ ประกอบอาชีพ(ที่เน้นการลงมือปฏิบัติ ไม่เน้นวิชาการ)ได้ เพียงแต่บางคน อาจจะมี ความลำบากเกี่ยวกับความบกพร่องในบางด้าน เช่น เขียนหนังสือ ไม่ถูกต้อง อ่านหนังสือไม่คล่อง การเคลื่อนไหวไม่คล่องแคล่ว คำนวณไม่ได้ เป็นต้น

คุณพ่อคุณแม่  
สามารถช่วยลูก  
บดเม็ดบด  
ได้อย่างไร





# คุณพ่อคุณแม่ สามารถช่วยเหลือ เด็กแอลดีได้อย่างไร



นี่คือตัวอย่างการช่วยเหลือที่ครอบครัวหนึ่งทำเมื่อสงสัยว่าลูกเป็นแอลดี “เมื่อก่อนไม่รู้ พ่อครูทักว่าลูกอาจจะเป็นแอลดี เราก็พาลูกไปหาหมอ หมอบอกว่าเป็น เราก็ตกใจ แต่ก็คิดว่าลูกไม่ได้เป็นอะไรมาก หน้าตาเขาก็ปกติ เขาก็ทำอะไรได้ทุกอย่าง หลังจากนั้น ก็ให้อ่านทุกวัน อ่านตลอด อธิบายให้คนในบ้านเข้าใจว่าลูกอ่านไม่ออก อ่านผิด ให้ช่วยกันบอก สอนลูก ให้พ่อพาไปออกกำลังกาย ทำกิจกรรมร่วมกันในครอบครัว แม่จะพาลูกออกไปเที่ยวนอกบ้าน และบอกให้คนอื่นเข้าใจว่าลูกเป็นอะไร คนข้างบ้านจะเข้าใจและช่วยสอนลูก บอกกับลูกเสมอว่า หนูไม่ได้โง่ ถ้าหนูพยายาม หนูจะอ่านได้”

สิ่งที่คุณพ่อคุณแม่ช่วยเหลือในเบื้องต้น เมื่อพบว่าลูกเป็นแอลดี คือ

- อย่าหลีกเลี่ยงปัญหา
- หาความรู้เรื่องแอลดี
- ปรึกษาคณในครอบครัว ครู หรือผู้รู้
- ลดความคาดหวัง ควรแสดงความห่วงใย และให้กำลังใจเด็ก
- รีบพาเด็กไปพบแพทย์

นอกจากการช่วยเหลือในเบื้องต้นด้วยวิธีดังกล่าวแล้ว คุณพ่อคุณแม่สามารถช่วยเหลือเด็กแอลดีด้วยการช่วยเหลือด้านจิตใจ การช่วยเหลือในชีวิตประจำวัน และการช่วยเหลือด้านการเรียน

## การช่วยเหลือด้านจิตใจและการสร้างความภาคภูมิใจในตนเองให้เด็ก

- ให้กำลังใจเด็กเสมอ
- อย่าลืมหาคำชมเมื่อลูกทำดี แต่ถึงทำได้ไม่สำเร็จก็ให้คำชมได้เช่นกัน  
“เก่งมาก วันนี้หนูพยายามทำการบ้านได้นานขึ้น”
- อย่าเปรียบเทียบเด็กกับพี่น้องหรือเด็กคนอื่น
- มอบหมายงานตามความสามารถของเด็ก เมื่อเด็กทำได้ให้รางวัลหรือกำลังใจ จากนั้นค่อยๆ เพิ่มงานที่ยากขึ้นทีละนิด
- ส่งเสริมความสามารถที่เป็นจุดเด่น เช่น กีฬา ดนตรี ศิลปะ งานฝีมือ เป็นต้น
- เปิดโอกาสให้เด็กแสดงความคิดเห็น แก้ปัญหาด้วยตนเอง ให้ความช่วยเหลือเมื่อเด็กต้องการ
- เน้นการให้รางวัลมากกว่าการลงโทษ

## การช่วยเหลือในชีวิตประจำวัน

- พ่อแม่สามารถช่วยลูกได้ โดยการฝึกให้ลูกได้เรียนผ่านประสบการณ์ในชีวิตประจำวัน เช่น การบวกเลขทะเบียนรถ การเขียนบันทึกประจำวันง่ายๆ
- ให้ลูกช่วยเหลือทำงานบ้าน เช่น การกวาดบ้าน ถูบ้าน ซักผ้า จะช่วยพัฒนากล้ามเนื้อมัดเล็ก กล้ามเนื้อมัดใหญ่ และการทำงานประสานกันระหว่างมือ-ตา จะช่วยให้เด็กมีความคล่องแคล่ว เวลาจับดินสอ หรือระบายสี และมีความคล่องแคล่วในการทำกิจกรรมอื่นๆ ด้วย
- ส่งเสริมการเล่นที่นำไปสู่การออกกำลังกาย เช่น แบดมินตัน วาโยน้ำ เป็นต้น การออกกำลังกายทำให้เด็กเกิดความคล่องแคล่ว เป็นการปลดปล่อยพลังงานในทางที่สร้างสรรค์
- ลดเวลาในการเล่นเกมหรือดูทีวี เพื่อให้เด็กได้มีสมาธิจดจ่ออยู่กับงานที่ทำ



## การช่วยเหลือด้านการเรียน

การช่วยเหลือด้านการเรียนที่บ้านคุณพ่อคุณแม่สามารถช่วยเหลือเด็กได้ดังนี้ (วินัดดา ปิยะศิลป์, มปป.)

- ฝึกอ่านหนังสือ เขียน คำนวณเลขทุกวัน โดยไม่จำเป็นต้องเป็นหนังสือเรียน อาจใช้นิทาน สอนจากง่ายไปยาก เริ่มจากระดับที่เด็กทำได้แล้วค่อยเพิ่มความยากขึ้นทีละน้อย ฝึกทั้งที่บ้านและที่โรงเรียน เช่น เด็กเรียนอยู่ที่ชั้นประถม 4 แต่อ่านหนังสือได้ที่ระดับชั้น ประถม 1 จึงต้องฝึกอ่านเขียนที่ระดับชั้นประถม 1 โดยใช้เครื่องมือฝึก เช่น บัตรคำ บทเพลง VCD ฝึกสอน เป็นต้น
- เน้นการฝึกแบบผสมผสาน เช่น อ่านออกเสียงและเห็นภาพ ฟังเสียงและเห็นตัวหนังสือ อ่านไปพร้อมกับเขียนไปพร้อมกัน
- ช่วยทบทวนบทเรียนและเตรียมบทเรียนที่เด็กจะเรียนรู้อีกในวันต่อไป เช่น เด็กเรียนอยู่ชั้นประถม 4 จึงต้องทบทวนความรู้ โดยเน้นความเข้าใจในเนื้อหาโดยรวม ในกรณีที่อ่านหนังสือไม่ได้ให้พ่อแม่อ่านให้ฟังและพูดคุยถามการสรุปใจความ จับประเด็นที่สำคัญของระดับชั้นประถม 4 เพื่อที่เด็กจะได้มีความรู้มากพอในการเรียนต่อไปตามระดับชั้นเรียน
- ฝึกระบบการฟังและความไวในการฟัง เช่น ฝึกร้องเพลงคาราโอเกะ ฝึกให้ฟังและจับใจความ เช่น เล่านิทานให้แล้วให้เด็กสรุปเรื่อง ให้เด็กเล่าเรื่องหรือเล่าเหตุการณ์ที่เด็กสนใจทุกวัน เอาผ้าผูกตาและให้แยกแยะเสียงที่ดังรอบตัวว่าได้ยินเสียงอะไรบ้าง
- ฝึกระบบการเห็นและการใช้สายตาเชื่อมโยงกับการใช้มือและเท้า เช่น การโยนรับลูกบอล การเตะลูกบอล กระโดดเชือกพร้อมกับการนับ

- ฝึกให้คิดวิเคราะห์สิ่งต่างๆที่รับรู้ ให้หัดแก้ปัญหาด้วยตัวเอง  
หัดให้เด็กวางแผนการทำงาน ฝึกให้เผชิญปัญหาหลายรูปแบบ
- แลกเปลี่ยนเรียนรู้กับผู้ปกครองอื่นๆถึงแนวทางแก้ปัญหา  
จากหลายๆ คน
- ช่วยทบทวน และสอนการบ้านโดยพ่อแม่หรือครูพิเศษ
- ช่วยอ่านหนังสือเรียน/นิทาน/นิยายที่เด็กสนใจ อัดใส่เทป หรือ  
MP 3 เพื่อช่วยให้เด็กสามารถเรียนรู้ด้วยตัวเอง
- จัดหาสื่อการสอนที่อยู่ในรูปแบบที่มีภาพและเสียง (DVD,VDO)  
เช่น ระบบสุริยะจักรวาล การละลายของน้ำแข็งที่ขั้วโลก เป็นต้น  
เพื่อช่วยให้เด็กสามารถเรียนรู้ด้วยตัวเอง
- ฝึกพิมพ์งานโดยใช้คอมพิวเตอร์ เนื่องจากคอมพิวเตอร์มีระบบ  
แก้คำผิด
- ประสานงานด้านการเรียนกับคุณครูและเพื่อนของลูก



บ่จ่มมากจ้ะ  
ตู่กาทำตู่กบ่ลื้อ



## เทคนิคการสอนเด็กแอลดี

ต่อไปเป็นเทคนิคการสอนลูกรักแอลดี ลูกรักแอลดีถนัดเรียนแบบไหน เลือกใช้ได้ตามความเหมาะสมค่ะ

เทคนิคเบื้องต้นในการสอนเด็กแอลดี มีดังนี้

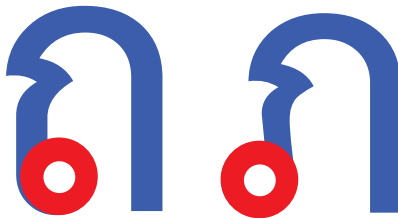
1. การสอนโดยใช้วิธีเชื่อมโยงสิ่งที่เด็กได้เคยเรียนรู้หรือมีประสบการณ์ในชีวิตประจำวันเข้ากับสิ่งที่ต้องการที่จะสอนเด็ก เช่น การสอนให้เขียน สระอี โดยให้เด็กนึกภาพ

กางร่ม  แล้วมีฝนตกลงมา 

2. การสอนโดยใช้วิธีการเรียนรู้ผ่านประสาทสัมผัสทั้งสี่

## การสอนจากการมองเห็น

- ควรมีรูปภาพประกอบในประโยคให้เด็กดู เช่น คำว่า กา อาจจะมีรูปภาพ กา แทน และต่อมาเมื่อเด็กอ่านคล่องจากรูปภาพก็ปรับเปลี่ยนเขียนคำว่า “กา” พร้อมกับรูป กา จนเมื่อเด็กอ่านได้คล่อง จึงค่อยลบภาพ กา ออกเหลือแต่เป็นคำว่า “กา” เพียงอย่างเดียว
- การใช้สีแบ่งส่วนของอักษร เช่น ก บริเวณหัวให้เขียนสีแดง แต่บริเวณเส้นให้เขียนสีน้ำเงิน เพื่อให้เด็กเห็นได้ชัดเจนว่าหัวออกหรือหัวเข้า

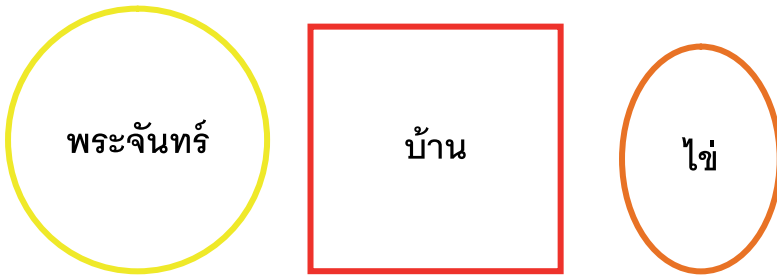




- การใช้สีเน้นสิ่งที่เราต้องการให้เด็กเรียนรู้และจดจำ
  - เช่น สีเขียว หมายถึง เครื่องหมายบวก (+)
  - สีแดง หมายถึง เครื่องหมายลบ (-)
  - สีฟ้า หมายถึง เครื่องหมายคูณ (x)

ดังตัวอย่าง  $2+1=3$  โดยเมื่อเด็กเห็นสีเขียวก็จะรู้ว่าเป็นวิธีบวก

- การจำรูปทรงของคำ เพราะในบางครั้งเด็กจะจดจำตัวเองอักษรไม่ได้ จึงอาจจะใช้สีหรือปากกาขีดล้อมรอบคำนั้น ให้เห็นเป็นรูปร่างคล้ายทรงเรขาคณิตต่างๆ และให้เด็กจดจำรูปร่างนั้นแทนคำ



- เกมค้นหาตัวเลขเกมนี้จะมีตัวเลขปะปนกันอยู่ให้เด็กหาตัวเลขเป้าหมายเป็นการฝึกและการกระตุ้นให้เด็กมีการแยกแยะรูปทรงของตัวเลข โดยอาจจะให้เด็กเล่นแข่งกัน ทำบรรยากาศให้สนุก เพราะถ้าหากเด็กสนุกในสิ่งที่กำลังเรียนรู้และสามารถจดจำสิ่งเหล่านั้นได้ดี

1 8 7 5 9 2 3 6 9

4 6 9 0 5 7 9 0 1



### การสอนจากการฟัง

- อ่านเนื้อหาหรือเรื่องให้เด็กฟัง เช่น อัดเสียงในบทเรียนหรือเนื้อหาในหนังสือที่เด็กสนใจแต่เด็กอ่านไม่คล่อง (เลยพาลไม่อยากอ่าน) แล้วเปิดให้เด็กฟังบ่อยๆ หรือให้เด็กฟังทางหูฟังในเวลาที่ได้ว่าง เช่น ขณะนั่งรอพ่อแม่มารับก่อนกลับบ้าน เป็นต้น ทำให้เด็กได้สนุกกับเรื่องราวต่างๆ ในหนังสือโดยที่ไม่มีปัญหาการอ่านการสะกดมาเป็นอุปสรรคขัดขวางการเรียนรู้ของเด็ก
- ให้ฟังเพลงที่แต่งขึ้นเพื่อการเรียนการสอนโดยเฉพาะ จะทำให้เด็กสามารถจำได้มากขึ้น เช่น เพลงที่สอนให้ท่องจำพยัญชนะ ก-ฮ หรือการลบบวกเลข เป็นต้น
- เด็กมีประสบการณ์ในการเรียนรู้การแยกแยะเสียงที่ใกล้เคียงกัน เช่น เสียงกริ่งประตูหน้าบ้าน กริ่งรถขายไอศกรีม หรือกริ่งเลิกเรียน เป็นต้น จะทำให้ความสามารถในการแยกแยะเสียงมีมากขึ้น

## การสอนจากการเคลื่อนไหว

- การสอนให้เด็กทำท่าทางประกอบเลียนแบบตัวอักษร เพื่อให้เด็กจดจำคำ หรือตัวอักษรนั้นได้แม่นยำยิ่งขึ้น
- การใบ้คำโดยใช้ท่าทาง วิธีนี้จะทำให้เด็กสามารถจดจำคำต่างๆ ได้ดียิ่งขึ้น
- การเล่นเกมหรือกิจกรรมเคลื่อนไหว เพื่อสอนคณิตศาสตร์ การบวก ลบ เช่น เกมรวมเหรียญ หมากเก็บ กระโดดยาง เป็นต้น
- เกมกระโดดเหยียบตัวอักษร เป็นการฝึกแยกแยะรูปร่างของพยัญชนะฝึกความจำและการเคลื่อนไหวร่วมกัน

## การสอนจากการสัมผัส

- การลากเส้นตัวอักษรบนแผ่นหลัง/ฝ่ามือของเด็ก วิธีนี้เป็น การเรียนรู้ผ่านประสาทสัมผัสทางผิวหนัง การสอนวิธีนี้เปรียบเสมือน เป็นการเขียนภาพลงในสมอง
- การเขียนบน กระดาษทราย กระดาษขี้สาก ฟองครีม
- การทายอักษร เช่น ถ้าจะให้เด็กหาตัว ก. สำเภา ก็ทำตัว ก. สำเภา ให้นูนขึ้นกว่าตัวอักษรอื่น
- การทายคำจากการคลำ นำกระดาษทรายมาตัดคำ ให้เด็กปิดตาคลำ การสัมผัสจะทำให้เด็กเรียนรู้ และจดจำได้ดีขึ้น หรือ อาจนำตัวอักษรมาใส่ถุงทึบ ให้เด็กหยิบตัวอักษรตามสั่ง อาจให้ แข่งขันกับเพื่อน จะทำให้เด็กสนุกและอยากเรียนรู้
- การสอนโดยใช้เชือกมาขด หรือนำเมล็ดถั่วมาเรียงเป็นตัวอักษร หรือปั้นดินน้ำมันเป็นตัวอักษร

- การสอนโดยใช้หลายๆวิธีรวมกัน เช่น สอนเรื่องนาฬิกา โดยใช้ นาฬิกาที่มีหนูกิ่งร่วมในการสอนเรื่องการเดินของเข็มนาฬิกา ร่วมกับการร้องเพลงหรือการสอนโดยครูให้ดูรูปใบไม้ และให้เพื่อน เขียนตัวอักษร “บ” บนแผ่นหลังของเด็กแล้วให้เด็กเขียนบน กระดาษทรายและให้เด็กพูดว่า บ.ใบไม้

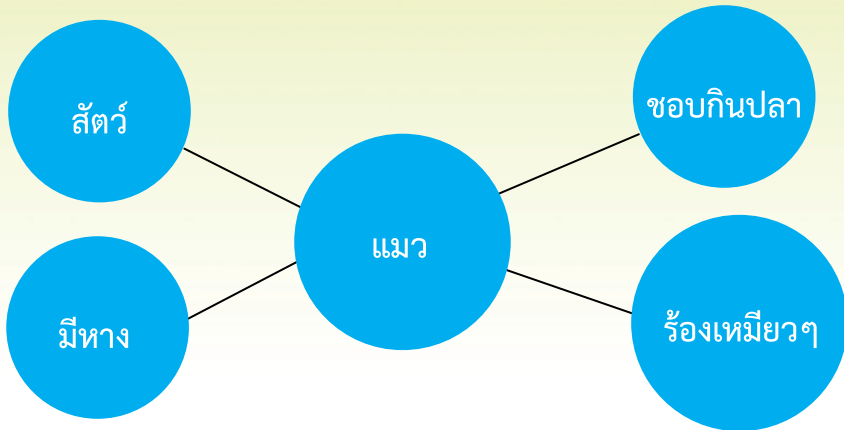
### 3. การสอนโดยการใช้เทคนิคการจำ

- การจำอักษรต้นตัวแรกของคำวิธีนี้จะทำโดยการให้เด็กจำตัวอักษร จากคำขึ้นต้น เช่น โทรทัศน์รวมการเฉพาะกิจแห่งประเทศไทย ย่อเป็น ทรท
- การแต่งเป็นเรื่องหรือกลอน
- การเชื่อมโยงกับสิ่งที่เคยเรียนรู้มาก่อน



4. เทคนิคในการสร้างกระบวนการคิด สามารถปฏิบัติได้ดังนี้

- แผนผังการคิด (mind mapping)



- การเรียงรูปภาพตามลำดับเหตุการณ์สำคัญของเรื่อง
- การสร้างสถานการณ์สมมติ โดยมีเวทีให้เด็กแสดงบทบาทสมมติ
- การเปิดโอกาสให้เด็กพูดแสดงความคิดเห็น
- การใช้คำถามในการกระตุ้นให้เด็กคิด

5. การให้ตัวเสริมแรง การชมเชย การให้รางวัล การให้แต้ม หรือดาว เพื่อสร้างความภาคภูมิใจ และเสริมสร้างแรงจูงใจในการเรียน รวมถึง แสดงให้เด็กรับรู้ได้ถึงความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง เช่น ทำการบ้านเสร็จ 10 ข้อ ได้ 1 ดาว เมื่อสะสมครบ 10 ดาว ก็ให้ชื่อของเล่นที่ต้องการได้ 1 ชิ้น

6. สังเกตลักษณะการเรียนรู้ของเด็กแต่ละคน และส่งเสริมให้ถูกทาง เช่น บางคนอาจเรียนรู้ได้ดีด้วยการลงมือทำ บางคนต้องเห็น และลงมือทำพร้อมๆ กัน บางคนต้องทั้งเห็นและฟังด้วย เป็นต้น



7. การค้นหาคุณสมบัติที่ดีในตัวของคุณ เช่น มีความพยายามตั้งใจจริง ชยัน อดทน รับผิดชอบ มีมารยาท เป็นที่รักของเพื่อน ร้องเพลงเพราะ วาดรูปเก่ง เล่นดนตรี หรือเล่นกีฬาเก่ง ทำกับข้าวเก่ง ปลูกต้นไม้เก่ง เลี้ยงสัตว์เก่ง มีความสามารถในการซ่อมแซมเครื่องมือและอุปกรณ์ต่างๆ เป็นต้น

นอกจากอาการของแอลดีแล้ว เด็กแอลดีบางคนยังมีอาการที่เกิดร่วมกับคุณพ่อคุณแม่ควรพาเด็กมารักษากับผู้เชี่ยวชาญ

# การรักษาโรคที่พบร่วมกับแอลดี

เด็กแอลดี แต่ละรายจะพบโรคหรือปัญหาที่พบร่วมด้วยแตกต่างกันไป ที่พบบ่อยเช่น

- โรคสมาธิสั้น ซึ่งประกอบด้วยอาการสมาธิสั้น วู่วาม และอยู่นิ่ง พบร่วมกับ แอลดี ได้บ่อยถึงร้อยละ 50 สมควรได้รับยาเพิ่มสมาธิ เพื่อเพิ่มสมาธิ แต่ยาไม่ได้ทำให้สามารถ อ่าน เขียน คำนวณได้เพิ่มขึ้น เพราะการอ่านเขียนคำนวณได้มาจากการฝึกเท่านั้นค่ะ
- ความบกพร่องในการพูดและสื่อสาร พูดซ้ำ พูดไม่ชัด ฟังแล้วไม่เข้าใจ แปลความหมายลำบาก เหมือนเด็กแอลดีคนหนึ่งที่ว่า “ดูเขาปกติทุกอย่าง แต่ชอบพูดกลับคำหน้า-หลัง สลับกันยุ่งไปหมด” กลุ่มนี้ควรได้รับการฝึกพูด
- กลุ่มที่มีปัญหาสายตาในด้านการกะระยะ กลุ่มที่กล้ามเนื้อมือ-ขา-ตา ทำงานไม่ประสานกัน จะพบปัญหาเวลาเล่นกีฬา เช่น โยนลูกบอลลงตะกร้าลำบาก ตีลูกแบดมินตันไม่ถูก หรือในเวลาเรียนเด็กจะเขียนหนังสือไม่ตรงเส้น วาดรูปสามมิติไม่ได้ แยกรูปที่ซ้อนอยู่ท่ามกลางรูปอื่นๆ ได้ลำบาก กลุ่มที่ปัญหาในการเรียงลำดับข้อมูล ความสำคัญ และมีปัญหาในการบริหารเรื่องเวลา ควรรับการฝึกกิจกรรมบำบัด ศิลปะบำบัด ดนตรีบำบัด เป็นต้น

- ปัญหาพฤติกรรม และจิตใจจะตามมาทีหลัง เช่น เครียด เศร้า วิตกกังวล เบื่อหน่าย ท้อแท้ มีปมด้อย ไม่มั่นใจ แยกตัว ต่อต้าน ก้าวร้าว ฯลฯ ควรได้รับการปรับพฤติกรรมและการทำจิตบำบัด

แล้วอย่าลืม  
เปลี่ยนทัศนคติ  
ในตัวเองนะคะ





# เอกสารอ้างอิง

- วินัดดา ปิยะศิลป์. (มปป). **คู่มือพ่อแม่ คุณครู ตอน ความบกพร่องด้านการเรียน**. กรุงเทพฯ: สถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี.
- วัจนินทร์ โรहितสุข และคณะ. (2554). พิมพ์ครั้งที่ 2. **แนวทางการช่วยเหลือเด็กที่มีภาวะบกพร่องทางการเรียนรู้**. กรุงเทพฯ: บริษัท มีเดียโซน พรินท์ติ้ง จำกัด.
- ผดุง อารยะวิญญู. (2549). **ชุดแก้ไขความบกพร่องด้านคณิตศาสตร์**. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แว่นแก้ว.
- ผดุง อารยะวิญญู และดารณี ศักดิ์ศิริผล. (2548). **แบบฝึกอ่านเขียนเรียนดี**. กรุงเทพฯ: บริษัท โกลบอล เอ็ด จำกัด.
- ปาฏิโมกษ์ พรหมช่วย. (2555). **การศึกษากับท้องถิ่นไทย: นักเรียนเหมือนกัน ทำไมเรียนไม่เหมือนกัน**. จาก [www.takhamcity.go.th](http://www.takhamcity.go.th)

# คณะผู้จัดทำ

## ที่ปรึกษา

พญ.พรรณพิมล วิปุลากร

ผู้อำนวยการสถาบันราชานุกูล

## คณะทำงาน

1. นางวนิดา ชนินത്യทรวงศ์ นักจิตวิทยาเชี่ยวชาญ
2. พญ.ชดาพิมพ์ เผ่าสวัสดิ์ นายแพทย์ชำนาญการพิเศษ
3. นางสาวปราณี ต๊ะวิโล นักจิตวิทยาคลินิกปฏิบัติการ
4. นางสาวยุวนา ไชว์พันธ์ ผู้จัดการ/ผู้ประสานงานโครงการ



