

เคล็ดลับ 50 กิจกรรมง่ายๆ  
ฝึกลูกเด็กพิเศษ ให้ดีขึ้น ❤️



## คำนำ

คงปฏิเสธไม่ได้ว่าการทำกิจกรรมบำบัดของเด็กพิเศษที่ต้องไปโรงพยาบาลจะใช้เวลาในการจองคิวนาน ซึ่งถ้าหากเป็นโรงพยาบาลของรัฐบาลด้วยแล้วอาจใช้เวลาระยะเวลาในการจองคิว นาน 2-3 เดือน ในการนัดการฝึกครั้งต่อไปอาจใช้เวลาเป็นเดือน และถ้าเป็นโรงพยาบาลเอกชนด้วยแล้วค่าการฝึกพัฒนาการแต่ละครั้ง จะมีราคาแพง ชั่วโมง 1,000 ถึง 1,500 บาท ดังนั้นระหว่างการรอนัดจากทางโรงพยาบาลในการฝึกครั้งต่อไปคุณพ่อคุณแม่สามารถที่จะฝึกพัฒนาการลูกเองได้ที่บ้าน

หนังสือเล่มนี้จะรวบรวมการฝึกพัฒนาการเองที่คุณพ่อคุณแม่สามารถทำเองได้ที่บ้าน และจะมีตัวอย่างกิจกรรมในการฝึกพร้อมรูปภาพประกอบเพื่อให้คุณพ่อกุณแม่นำมาเป็นแนวทางในการประยุกต์ใช้ฝึกลูกๆที่เป็นเด็กพิเศษที่บ้าน ผู้เขียนหวังเป็นอย่างยิ่งว่าหนังสือเล่มนี้จะเป็นประโยชน์กับคุณพ่อกุณแม่ได้ไม่มากนักนอย

## ฝึกเรื่องการทานอาหาร



กิจกรรมที่คุณพ่อคุณแม่สามารถฝึกได้ทุกวันคือเรื่องการรับประทานอาหาร ฝึกให้ลูกรับประทานอาหารด้วยตนเอง สอนวิธีจับช้อนส้อมให้ถูกต้อง คุณแม่ลดการช่วยเหลือให้มากที่สุด จัดสถานที่การรับประทานอาหารให้ชัดเจน ในขณะที่ลูกรับประทานอาหาร ไม่ควรให้ลูกทำกิจกรรมอื่น เช่น ดูการ์ตูน หรือ เล่นโทรศัพท์

สิ่งสำคัญ ให้ลูกทานอาหารพร้อมกับคุณพ่อคุณแม่และสมาชิกในบ้าน เพื่อให้ลูกจะได้มีการเลียนแบบพฤติกรรมการกิน. หลังจากที่ลูกทานอาหารเสร็จ ฝึกให้ลูกเก็บอุปกรณ์การรับประทานอาหารของตนเอง หรืออาจจะมอบหมายหน้าที่ให้ลูก เช่น เช็ดโต๊ะ ถ้าลูกไม่สามารถทำได้ช่วงแรก คุณแม่อาจจะช่วยจับมือทำก่อน และเมื่อลูกทำได้เอง คุณแม่อย่าลืมชื่นชมลูก ทุกครั้งในทันที

## เรียนรู้ธรรมชาติรอบตัว



การเรียนรู้ธรรมชาติรอบตัวที่คุณแม่สามารถทำได้ง่ายๆ คือ การพาลูกออกมาข้างนอก ชื่นเก็ชี่ไม้ ชวนลูกพูดคุย ถึงสิ่งที่อยู่ตรงหน้า ไม่ว่าจะเป็นต้นไม้ ฟุ้งหญ้า หรือสิ่งต่างๆรอบตัวที่ลูกเห็น คุณแม่สามารถแทรกคำศัพท์ การเรียกชื่อสิ่งของนั้นๆ และกระตุ้นให้เด็กตอบคำถาม เช่น ใบไม้สีเขียวอะไรคะ? ถ้าลูกไม่ตอบ ให้คุณแม่เฉลยคำตอบ และให้ลูกพูดตามไปก่อน ทำเช่นนี้สัปดาห์ละสองสัปดาห์ก็จะเริ่มรู้ และจดจำสิ่งต่างๆได้มากขึ้น

นอกจากนั้นแล้วธรรมชาติรอบตัวยังมีผลต่อด้านอารมณ์ของลูกอีกด้วย จะทำให้ลูกรู้สึกผ่อนคลาย และ อารมณ์ดี ซึ่งจะเหมาะกับการที่คุณพ่อคุณแม่จะสอนลูกเรื่องใดก็ได้ คุณพ่อคุณแม่พยายามดึงสิ่งที่เขาเห็นรอบตัว เล่าเป็นเรื่องราว เพื่อให้ลูกได้เรียนรู้ และเพิ่มพูนคำศัพท์ใหม่ๆ อยู่เสมอ



## ชวนลูกทำอาหารร่วมกัน



อีกทักษะหนึ่งที่คุณพ่อคุณแม่สามารถฝึกลูกได้ คือการที่ฝึกให้ลูกทำอาหาร ซึ่งคุณพ่อคุณแม่สามารถบอกขั้นตอนการทำอาหารให้กับลูก เป็นการสร้างการทำงานแบบมีขั้นตอน นอกจากนี้ ลูกจะได้เรียนรู้ ถึงอุปกรณ์ ในครัว ซึ่งคุณพ่อคุณแม่สามารถสอนคำศัพท์ ระหว่างที่ทำอาหารด้วยกัน ได้ทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษควบคู่กันไปได้อีกด้วย

สิ่งที่ลูกได้จากการทำอาหารด้วยตนเอง จะมีส่วนทำให้ลูก ทานอาหารได้มากขึ้น รู้จักอาหารหลากหลายมากขึ้น และเมื่อลูกทำสิ่งใดสำเร็จเล็กๆน้อยๆ สิ่งสำคัญเลย คือคุณพ่อคุณแม่จะต้องชื่นชม เพื่อให้ลูก เกิดความภาคภูมิใจในตัวเอง และตั้งใจที่จะทำดีต่อไป

