สมาธิสั้นเทียม

นำเสนอเมื่อ : 22 มิ.ย. 2553

เนื่องจากโรคสมาธิสั้นนั้นพบได้บ่อยในเด็ก โดยพบถึง 3 - 10 % ของเด็กวัยเรียนครับ แต่โดยทั่วไปแล้วแพทย์มักให้การวินิจฉัยและให้การรักษาโรคสมาธิสั้น เมื่อเด็กเข้าวัยเรียนแล้ว คือชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 หรืออายุประมาณ 6-7 ปี แต่เนื่องจากปัจจุบัน คุณพ่อคุณแม่รวมถึงคุณครูมีความรู้ความเข้าใจกลุ่มอาการนี้มากขึ้น ดังนั้นจึงไม่แปลกเลยครับ ที่มีการส่งเด็กมาปรึกษาแพทย์มากขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งเด็กวัยอนุบาล บางครั้งอาจพบว่าเด็กบางคนดูคล้ายเด็กสมาธิสั้นครับ แต่จริง ๆ ไม่ใช่ อาจเรียกว่าเป็นสมาธิสั้นเทียมก็ได้ครับ เราลองมาดูกันว่าเด็กสมาธิสั้นเทียมเกิดจากภาวะอะไรได้บ้าง

เด็กที่ขาดการควบคุมกฎเกณฑ์

เด็กกลุ่มนี้จะซนมาก เนื่องมาจากการที่เด็กไม่ได้รับการควบคุมกฎเกณฑ์ระเบียบ วินัย จากพ่อแม่อย่างเพียงพอ พูดง่าย ๆ ก็คือเด็กดื้อที่พ่อแม่ตามใจนั่นเองครับ เนื่องจากพ่อแม่ห้ามอะไร ก็จะไม่ฟังเลย และพ่อแม่เองก็ไม่มีวิธีการที่มีประสิทธิภาพในการควบคุมลูกด้วย เด็กกลุ่มนี้จึงสามารถทำอะไรก็ได้ที่อยากทำ เคลื่อนไหวได้ทุกทิศทาง มักจะหยิบจับของที่ไม่ควรเล่น อาจจะรื้อข้าวของ ทำของเสียหาย ปีนป่าย เล่นโลดโผน เวลาโกรธก็อาจมีพฤติกรรมก้าวร้าวด้วย เช่นทำร้ายคนอื่น ตีพ่อแม่ ทำร้ายตัวเอง ขว้างปาสิ่งของ เด็กกลุ่มนี้จึงถูกสงสัยว่าจะเป็นโรคสมาธิสั้นหรือเปล่า

ระบบการศึกษา

อาการคล้ายสมาธิสั้นแบบนี้มักพบในเด็กอนุบาลที่ถูกเร่งเรียนครับ เนื่องจากการสอบแข่งขันเป็นปัญหาในระบบการศึกษาไทยมาตลอด เด็กถูกฝึกให้ท่องจำมากที่สุด ฝึกทำข้อสอบ คิดคำนวณให้เร็วที่สุด ถูกต้องที่สุด เพื่อที่จะได้มีโอกาสสูงสุดในการสอบเข้ามหาวิทยาลัย การจะสอบแข่งขันให้ชนะ เพื่อแย่งกันเข้ามหาวิทยาลัย และคณะที่ดีให้ได้ก็ต้องไล่ลงมาเป็นการแข่งขันกัน เพื่อให้ได้โรงเรียนมัธยมปลายที่ดีที่สุด

และเพื่อจะให้ได้เข้าโรงเรียนมัธยมปลายที่ดีที่สุด ก็ต้องแย่งกันเข้าโรงเรียนมัธยมต้นดี ๆ ไล่ลงมาถึงจะให้ได้เข้าโรงเรียนมัธยมต้นที่ดีที่สุด ก็ต้องแย่งกันเข้าโรงเรียนประถมดี ๆ ให้ได้ก่อน จนกระทั่งระดับล่างสุดคือเร่งเรียนในวัยอนุบาล เด็กอนุบาล 2 หรืออนุบาล 3 บางคนถูกเร่งให้เรียนอ่านเขียน ต้องผสมคำภาษาไทย ภาษาอังกฤษได้ ต้องบวกลบเลขสองหลัก ท่องสูตรคูณแม่ 7 ให้ได้ จริงอยู่....ที่อาจจะมีเด็กอนุบาลส่วนหนึ่งมีสมาธิต่อเนื่อง นั่งเรียนแบบเน้นวิชาการพอได้ แต่โดยทั่วไปแล้ว พัฒนาการในเรื่องสมาธิของเด็กอนุบาลส่วนใหญ่นั้นจะยังไม่ ต่อเนื่อง สนใจอะไรได้ไม่นานนัก วัยอนุบาลจึงควรเน้นกิจกรรม เรียนผ่านการเล่น และส่งเสริมการเรียนรู้อย่างมีความสุข เด็กควรเริ่มเรียนวิชาการจริงจังเมื่ออายุเข้าวัยเรียนแล้ว คือชั้นประถมศึกษาปีที่1 หรืออายุประมาณ 6-7 ปี ซึ่งเป็นช่วงวัยที่สมาธิจะยาวและต่อเนื่องขึ้น

แต่ถ้าเด็กอนุบาลส่วนหนึ่ง ถูกคุณครูและระบบการศึกษาคาดหวังให้นั่งนิ่ง ๆ นาน ๆ เป็นชั่วโมง เพื่อคัด ๆ เขียน ๆ ท่อง ๆ จำ ๆ จึงทำให้เกิดปัญหากับเด็กที่ปกติกลุ่มหนึ่ง ซึ่งยังไม่พร้อมและไม่สามารถทำเช่นนั้นได้ครับ จึงเป็นที่มาของการที่คุณครูหรือคุณพ่อคุณแม่บางคน ส่งลูกมาปรึกษาเพราะสงสัยว่าจะสมาธิสั้น

นอกจากนั้นความคาดหวังยังทำให้เกิดการกวดวิชาเด็กอนุบาลสาม เพื่อจะได้สอบเข้าโรงเรียนประถมดี ๆ หรือที่เรียกกันว่า เอนทรานซ์ฟันน้ำนม นั่นแหละครับ ภาพผู้ปกครองอุ้มลูกน้อยวัยอนุบาลดู

ประกาศผลสอบเข้าที่บอร์ดของโรงเรียนที่มีชื่อเสียง ผู้ผิดหวังทั้งพ่อแม่และลูกบางคนร้องไห้น้ำตาซึม ไม่แตกต่างไปจากวันประกาศผลเอนทรานซ์ หรือแอดมิชชั่นเลย ลูกน้อยวัยอนุบาลอาจถามพอแม่ว่า "หนูไม่เก่งหรือจึงเข้าโรงเรียนนี้ไม่ได้" ทั้ง ๆ ที่ความสามารถในการสอบแข่งขัน อาจไม่ใช่ปัจจัยเดียวของความสำเร็จทางการศึกษา แต่มีปัจจัยเรื่องของสมอง การเรียนรู้อย่างมีความสุข และศักยภาพด้านต่าง ๆ ของคนเรามาเกี่ยวข้องมากมายครับ

เด็กปัญญาเลิศ (Gifted child)

คือเด็กที่มีระดับสติปัญญาสูงมาก (I.Q. อาจสูงถึง 130-140) เด็กกลุ่มนี้ก็จะดูคล้ายเด็กสมาธิสั้นครับ เนื่องจากความที่เขาฉลาดมาก จึงมักมีความอยากรู้อยากเห็น มีพลังงานในตัวเองมาก นอกจากนี้เขาจะมีสมาธิดีมากเฉพาะเรื่องซึ่งตนเองสนใจเท่านั้น ถ้าเรื่องไหนไม่อยู่ในความสนใจ ก็อาจไม่สนใจเลย จึงดูคล้ายเด็กสมาธิสั้นได้ เรื่องไหนที่สนใจ เขาก็จะพยายามค้นคว้า จนมีความรู้เกินวัย ที่ผมเคยเจอก็เช่น เด็กปัญญาเลิศบางคนสนใจเรื่องเครื่องบินก็จะค้นคว้าจน รู้จักเครื่องบินทุกรุ่น รู้ไปจนถึงเครื่องยนต์กลไกในการบิน และการบังคับการบินในห้องนักบิน บางคนสนใจเรื่องดาราศาสตร์ อาจศึกษาลึกลงไปถึงวงโคจรของดาวอังคารเลยทีเดียว

อย่างไรก็ตาม กลุ่มอาการสมาธิสั้นเทียมทั้งหมดที่กล่าวมานี้ คุณพ่อคุณแม่หรือคุณครูไม่ควรวินิจฉัยเองนะครับ ควรให้แพทย์ตรวจประเมินก่อนเสมอ โดยเฉพาะกลุ่มที่ขาดการควบคุมกฎเกณฑ์ แพทย์อาจต้องให้คำแนะนำในการปรับพฤติกรรม

และถึงแม้จะสงสัยว่าเป็นสมาธิสั้นเทียม แต่แพทย์ก็ต้องติดตามอาการต่อไป เนื่องจากเด็กอนุบาลที่มีปัญหาพฤติกรรม หรือปัญหาการเรียน ส่วนหนึ่งเมื่อโตขึ้นก็อาจเป็นโรคสมาธิสั้นจริง ๆ ก็ได้

โดย : น.พ. กมล แสงทองศรีกมล

นิตยสารแม่และเด็ก