

กองทุนพัฒนาสื่อ
ปลอดภัยและสร้างสรรค์
THAI MEDIA FUND



คู่มือสำหรับผู้ปกครองในการดูแล บุตรหลานในครอบครัวที่มีเด็กพิเศษ



บทนำ

ความสัมพันธ์แบบพี่น้องเป็นความสัมพันธ์ที่ยาวนานที่สุดของบุคคล พี่น้องได้เรียนรู้เรื่องมิตรภาพ การสนับสนุนซึ่งกันและกัน เรียนรู้การเป็นผู้ให้และผู้รับ การแสดงออกและการจัดการอารมณ์จากการมีปฏิสัมพันธ์กันระหว่างพี่น้อง การเติบโตร่วมกันและเรียนรู้จากกันและกันของพี่น้องจึงเป็นส่วนหนึ่งของการพัฒนาตัวตนของบุคคล อย่างไรก็ตามถ้าหากเด็กคนหนึ่งคนใดมีภาวะความต้องการพิเศษอาจส่งผลกระทบต่อพี่น้องอีกคนได้

การเติบโตกับพี่น้องที่มีความต้องการพิเศษมีทั้งด้านบวกและความท้าทาย ซึ่งแตกต่างกันตามบริบทของครอบครัว หนังสือเล่มนี้จะกล่าวถึงความรู้สึกของเด็กที่เติบโตร่วมกับพี่น้องที่มีความต้องการพิเศษ ในกลุ่มที่มีภาวะสมาธิสั้น ออทิสซึม และบกพร่องทางสติปัญญา เราหวังว่าหนังสือเล่มนี้จะช่วยให้ครอบครัวและผู้ทำงานกับเด็กมีความเข้าใจและตระหนักถึงการดูแลเด็กที่เติบโตในครอบครัวที่มีพี่น้องที่มีความต้องการพิเศษดีขึ้น โดยจะเป็นสื่อกลางช่วยสร้างความเข้าใจระหว่างผู้ปกครองและเด็กๆ ในครอบครัวได้เข้าใจว่าบุตรหลานแต่ละคนอาจมีความต้องการในการดูแลและการช่วยเหลือที่ต่างกัน

เราหวังว่าหนังสือเล่มนี้จะจุดเริ่มต้นให้ครอบครัวได้พูดคุยถึงประเด็นที่จะช่วยเสริมสร้างความสัมพันธ์ในครอบครัวและความเข้มแข็งของครอบครัวส่งเสริมการชื่นชมและยอมรับในความแตกต่างของกันและกัน

ปัจจุบันมีเด็กที่มีความต้องการพิเศษในช่วงวัยเรียน
จำนวนกว่า 400,000 คน ถ้าเด็กกลุ่มนี้มีพี่น้องอย่างน้อยหนึ่งคน
เราอาจประมาณได้ว่าจะมีเด็กๆ ที่เติบโตในครอบครัวที่มีพี่น้องมี
ความต้องการพิเศษจำนวนหลายแสนคนเช่นกัน

เด็กที่เติบโตร่วมกับพี่น้องที่มีความต้องการพิเศษก็ต้องการ
การดูแล เอาใจใส่จากพ่อแม่/ผู้ปกครองเช่นกัน จากงานวิจัยและ
การศึกษาพบว่า หากเด็กรับรู้ว่าคุณเองไม่ได้รับความรักความเข้าใจ
จากพ่อแม่ เด็กกลุ่มนี้เสี่ยงต่อการมีปัญหาทางอารมณ์และพฤติกรรม
แต่ถ้าหากพ่อแม่เข้าใจในความคิดความรู้สึกของเด็ก และดูแลด้วย
ความเข้าใจ เด็กๆ ก็จะเติบโตอย่างเข้มแข็งและมีความสุข ตลอดจน
สามารถช่วยสนับสนุนพี่น้องที่มีความต้องการพิเศษได้ดีด้วย



ปัญหาของเด็กที่มีพี่น้องเป็นเด็กพิเศษ

เด็กที่เติบโตกับพี่น้องเป็นเด็กพิเศษ อาจเผชิญกับสถานการณ์ของครอบครัวที่แตกต่างไปจากเด็กในวัยเดียวกัน ในกรณีเด็กก่อนวัยเรียน (ก่อน 5 ปี) แม้จะยังไม่เข้าใจภาวะความต้องการพิเศษของพี่น้องมากนัก แต่พวกเขาจะเริ่มสังเกตเห็นความแตกต่างของพฤติกรรมการเล่น/การเรียนรู้ของพี่น้องและตนเอง ซึ่งวัยนี้ยังไม่สามารถอธิบายความรู้สึกนึกคิดผ่านวาจาได้ดีนัก จะใช้การแสดงออกความชอบ ไม่ชอบ ไม่พอใจเมื่อเล่นกับพี่น้องผ่านพฤติกรรม

ส่วนในเด็กวัยประถมศึกษาหรืออายุ 8-12 ปี เด็กๆ จะตระหนักถึงความแตกต่างในด้านต่างๆ ของตนเองกับพี่น้อง และเพื่อนๆ ได้ดีขึ้นมาก จึงเริ่มทำให้พวกเขาเป็นกังวลเกี่ยวกับพี่น้องที่มีความต้องการพิเศษ และสิ่งที่เกิดขึ้นในครอบครัวและสถานการณ์รอบตัว ตามมาด้วยคำถามมากมาย ความรู้สึกขัดแย้งในตนเอง ความเครียด ความสับสน จากงานวิจัยและการสัมภาษณ์เด็กกลุ่มนี้พบว่า เด็กๆ หลายคน:

- รู้สึกไม่ได้รับความรักจากพ่อแม่เท่าไรนัก
- พ่อแม่ทุ่มเทเวลาให้พี่น้องที่มีความต้องการพิเศษ
- รู้สึกกังวลที่ต้องคอยดูแลพี่น้องที่มีความต้องการพิเศษแทนพ่อแม่ในบางครั้ง
 - รู้สึกถูกกดดันให้เรียนให้เก่ง เป็นเด็กดี เพื่อให้พ่อแม่ไม่กังวลกับตน
 - รู้สึกโดดเดี่ยว ต้องทำอะไรคนเดียว เล่นคนเดียว แม้จะมีพี่น้อง

เด็กวัยเริ่มทำความเข้าใจความคิด ความรู้สึกของผู้อื่นได้ แต่ยังขาดประสบการณ์เมื่อต้องเผชิญหรือต้องจัดการกับประสบการณ์ที่ยากลำบาก เด็กวัยนี้จึงอาจรู้สึกสับสนในตนเองและสิ่งที่พวกเขาแสดงออกหรือตอบโต้พี่น้องที่มีความต้องการพิเศษ จึงยังไม่สามารถจัดการกับความรู้สึกเหล่านั้น และไม่รู้ว่าจะแสดงความรู้สึกเหล่านั้นอย่างไร ส่งผลให้เด็กรู้สึกขัดแย้งในตนเอง มีความรู้สึกโกรธและความรู้สึกผิด และนำไปสู่ความละอายและความรู้สึกไร้ค่า อาจตามด้วยปัญหาระยะยาว เช่น ภาวะซึมเศร้า ความวิตกกังวล และการแสดงอาการทางกาย

อย่างไรก็ตาม ถ้าเด็กในครอบครัวได้รับการดูแลสนับสนุน พวกเขาจะเห็นคุณค่าในตนเอง และยังสามารถพัฒนาคุณลักษณะเชิงบวก เช่น ความเห็นอกเห็นใจ ความอดทน และการมีวุฒิภาวะ อีกด้วย ดังนั้น หนังสือเล่มนี้จึงเหมาะสำหรับผู้ปกครองใช้เป็นแนวทางในการดูแลบุตรหลานที่เติบโตกับพี่น้องที่มีความต้องการพิเศษ

Super Siblings of Special Kids

ในการจัดทำหนังสือชุด ได้มีการสัมภาษณ์เด็กที่เติบโตร่วมกับพี่น้องที่มีความต้องการพิเศษ ในกลุ่มที่มีภาวะสมาธิสั้น ออทิสติก และบกพร่องทางสติปัญญา เด็กๆ ได้เล่าถึงสถานการณ์หลากหลาย ปัญหาระหว่างพี่น้อง ความรู้สึกต่างๆ ที่มีต่อบุคคลในครอบครัว เด็กๆ ยังบอกเล่าถึงความรู้สึกห่วงใยกันระหว่างพี่น้องและเหตุการณ์ประทับใจร่วมกัน

เมื่อพี่น้องคนหนึ่งมีความต้องการพิเศษความสัมพันธ์หรือสถานการณ์ในครอบครัวแตกต่างออกไปหรือไม่?

นี่คือคำพูดส่วนหนึ่งที่เด็กๆ ได้เล่าถ่ายทอดประสบการณ์ของตนเอง:

"ส่วนมากหนูทำการบ้านเอง ทำอะไรเอง (ดูแลตัวเอง) วันเสาร์หนูก็อยู่บ้านคนเดียว เพราะพ่อแม่ต้องพาพี่ไปฝึกที่โรงพยาบาล"

"บางครั้งผมก็อายเมื่อมีคนจ้องมาที่เราตอนที่พี่งอมผมสติแตกในซูเปอร์มาร์เก็ต"

"เด็กๆ ที่โรงเรียนบางคนไม่รู้จักชื่อของหนู พวกเขารู้จักหนูในฐานะพี่สาวของยิม ถ้าเมื่อไหร่ที่ยิมไปทะเลาะกับใคร ทุกคนจะมามอบของว่าน้องเธอเกเรอีกแล้ว"

"บางครั้งหนูก็ไม่ชอบที่ทุกคนในบ้านสนใจแต่พี่ ถ้าพี่งอแงไม่ยอมออกไปกินข้าวนอกบ้าน คนอื่นในบ้านก็ไม่ได้ไปเช่นกัน"



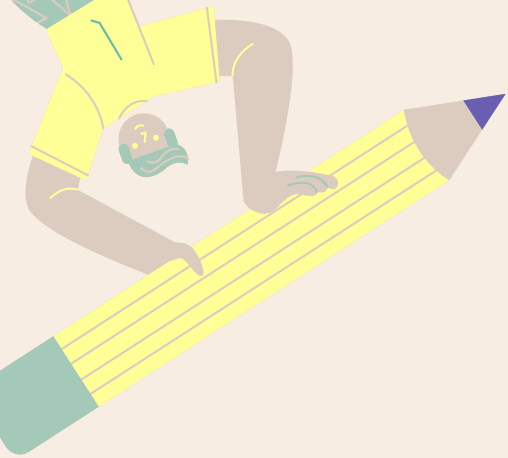
**ในทางกลับกัน คำพูดส่วนหนึ่งที่เด็กๆ ได้เล่าถ่ายทอดประสบการณ์
ของตนเองที่แสดงถึงสายสัมพันธ์และมิตรภาพระหว่างพี่น้อง:**

"บางครั้งหนูก็รู้สึกเศร้ามากที่ใครๆ ล้อเลียนท่าทางของน้อง เพื่อน
ของน้องก็ไม่ยอมให้น้องเล่นด้วย หนูกังวลว่าถ้าหนูโตแล้วย้ายเรียนที่อื่น
ใครจะดูแลน้อง"

"พี่สาวของผมยังซื้อขนมไม่เป็นเลย ตอนกลางวันพอกินข้าวที่
โรงเรียนเสร็จ ผมจะวิ่งไปซื้อขนมเอาไปให้พี่ทุกวัน ไม่ไปหาไม่ได้หรอก
พี่มองหาผมอยู่"

"พี่ชายของผมทำข้าวของของผมพังเป็นประจำ บางทีก็ทำหาย
ผมโกรธเค้าหลายครั้งนะ แต่เชื่อไหมพี่เค้ายกของวันเกิดเป็นหุ่นยนต์
ตัวใหญ่ให้ผม"

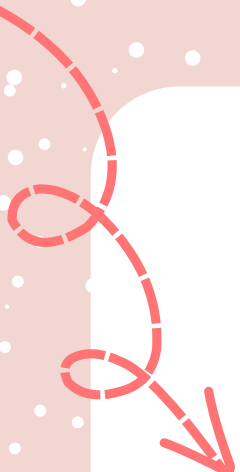




การมีพี่น้องที่มีความต้องการพิเศษแม้จะเป็นความท้าทาย แต่ก็มีข้อดีของการเติบโตมาพร้อมกับพี่น้องที่มีความต้องการพิเศษเช่นกัน หากเด็กได้รับการดูแลด้วยความเข้าใจและการสนับสนุนที่เหมาะสม เด็กกลุ่มนี้มักจะ

- มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น
- มีความอดทนอดกลั้น
- มีความรับผิดชอบ
- ความเข้าใจและยอมรับความแตกต่างของบุคคล
- ช่วยเหลือตนเองได้ดี มีวุฒิภาวะ
- มีความยืดหยุ่น ปรับตัวได้ดี
- จัดการกับสถานการณ์ต่างๆ ได้ดี มีทักษะการแก้ปัญหาที่ดี





แม้ว่าเด็กที่เติบโตร่วมกับพี่น้องที่มีความต้องการพิเศษจะมีแนวโน้มในการพัฒนาคุณลักษณะที่ดีหลายด้าน แต่ก็อาจเผชิญกับปัญหาความสัมพันธ์ในครอบครัวที่แตกต่างกันไปเด็กที่มีพัฒนาการปกติมักจะได้รับผลกระทบจากสถานการณ์การดูแลเด็กที่มีความต้องการพิเศษในครอบครัว เช่น

- เด็กที่มีพัฒนาการปกติมักจะได้รับหน้าที่ในการช่วยดูแลน้อง พี่น้องที่มีความต้องการพิเศษและอาจหมายถึงหน้าที่ความรับผิดชอบในงานที่บ้านมากขึ้นด้วย (ทำแทนอีกคน)

- เด็กที่มีพัฒนาการปกติมีความกังวลถึงสิ่งหรือสถานการณ์ที่ไม่คาดคิดหรือการ เอาแม่เอานอนไม่ได้ เช่น การวางแผนสำหรับวันหยุดของครอบครัวหรือวันพิเศษของครอบครัว

- เด็กที่มีพัฒนาการปกติรับรู้ถึงปัญหาทางการเงินของครอบครัว เช่น การที่พ่อแม่ต้องจ่ายค่าฝึกพัฒนาการให้แก่พี่น้องที่มีความต้องการพิเศษ จึงอาจไม่สามารถสนับสนุนค่าใช้จ่ายกิจกรรมต่างๆ ตามที่เด็กต้องการได้

สิ่งเหล่านี้มีผลต่อความสัมพันธ์ของเด็กและพี่น้องที่มีความต้องการพิเศษและความสัมพันธ์ของเด็กกับผู้ปกครอง



ดังนั้นจึงเป็นไปได้ว่าเด็กที่มีพัฒนาการปกติอาจคิดว่าตนเองมีความสำคัญน้อยกว่าพี่น้องที่มีความต้องการพิเศษหรืออาจมีความกังวลอื่นๆ พวกเขาอาจรู้สึกว่:

- อิจฉาพี่น้องที่มีความต้องการพิเศษ เพราะได้รับความสนใจจากพ่อแม่มากกว่า
- โกรธที่ไม่มีใครสนใจตน
- ไม่พอใจที่ต้องอธิบายซ้ำๆ ถึงอาการหรือพฤติกรรมของพี่น้องให้คนอื่นเข้าใจ
- ต้องคอยช่วยเหลือหรือดูแลพี่น้องที่มีความต้องการพิเศษ
- ไม่พอใจที่ไม่สามารถทำอะไรบางอย่างได้เพราะพี่น้องไม่ให้ความร่วมมือ
- รู้สึกอายที่พี่น้องแสดงออกไม่เหมือนคนอื่น
- กอดตันที่ตัวเองว่าจะต้องทำแทนในสิ่งที่พี่น้องทำไม่ได้แบกรับความคาดหวังของพ่อแม่
- รู้สึกผิดในความรู้สึกด้านลบที่มีต่อพี่น้อง
- รู้สึกโดดเดี่ยวหรือถูกทอดทิ้ง
- กังวลว่าตนเองจะมีภาวะหรือมีความต้องการพิเศษเช่นเดียวกับพี่น้อง
- ไม่กล้าแสดงความรู้สึกหรือความต้องการของตน เพราะไม่อยากให้พ่อแม่เป็นกังวลหรือภาระมากขึ้น
- กังวลเกี่ยวกับอนาคต เช่น การต้องเป็นผู้ดูแลพี่น้องต่อจากพ่อแม่และอนาคตของพี่น้องที่มีความต้องการพิเศษ
- พยายามเอาใจพ่อแม่เพื่อให้ได้รับการยอมรับหรือคำชมจากพ่อแม่
- แสดงพฤติกรรมดื้อ ไม่ปฏิบัติตามเพื่อเรียกร้องความสนใจจากพ่อแม่



ปัจจัยที่มีผลต่อการปรับตัวของ เด็กที่มีพี่น้องมีความต้องการพิเศษ

เด็กแต่ละคน แต่ละครอบครัวเผชิญสถานการณ์ที่แตกต่างกันและมีความท้าทายที่ไม่เหมือนกันกับเด็กในครอบครัวอื่นๆ สิ่งที่ทำให้เกิดความแตกต่างของประสบการณ์ที่ดีและประสบการณ์ด้านลบเกิดได้จากตัวเด็กเอง ความสัมพันธ์ระหว่างพี่น้องความเข้าใจของพ่อแม่ ดังนี้

ตัวเด็ก

เด็กบางคนมีอารมณ์ความรู้สึกอ่อนไหวง่ายหรือมีวิตกกังวล หรือมีการรับรู้ตนเองไม่ดี ก็อาจจะรู้สึกแย่มากกว่าเด็กที่มีความเข้มแข็ง มองโลกในแง่ดี

พี่น้อง

หากพี่น้องมีพฤติกรรมก้าวร้าว โมโหฉุนเฉียว จะนำไปสู่ปัญหาของความสัมพันธ์ระหว่างพี่น้อง และความรู้สึกปลอดภัยของเด็ก หรือกรณีพี่น้องที่มีข้อจำกัดในการสื่อสารส่งผลต่อการพูดคุยโต้ตอบกับระหว่างพี่น้อง เพื่อพัฒนาความสัมพันธ์

ผู้ปกครอง

หากผู้ปกครองพูดกับลูกว่า “หนูนะโสดดีที่ไม่ผดปดตีอย่างพี่” สิ่งนี้จะทำให้เด็กมองพี่น้องของตนเองว่าผดปดตี และเกิดความรู้สึกด้านลบมากขึ้น

พ่อแม่บางคนมองว่าลูกที่เป็นเด็กพิเศษเหมือนดูลงโทษ หรือยอมรับไม่ได้ โศกเศร้า มองแต่ด้านลบ ไม่สามารถจัดการสถานการณ์ต่างๆ อันเกี่ยวเนื่องกับการที่พี่น้องมีความต้องการพิเศษได้

พ่อแม่บางคนยอมรับในความท้าทายนี้ และพยายามจัดการสถานการณ์ต่างๆ สิ่งเหล่านี้จะเป็นเสมือนการส่งข้อความที่มีอิทธิพลที่พ่อแม่ส่งต่อให้ลูก

เด็ก ๆ จะเฝ้าดูสิ่งที่ผู้ปกครองปฏิบัติหรือวิธีการจัดการกับสถานการณ์ต่างๆ หากในครอบครัว ซึ่งวิธีการมองปัญหาหรือการแสดงออกต่อภาวะความต้องการพิเศษของผู้ปกครองมีอิทธิพลต่อเด็กที่มีพัฒนาการปกติในครอบครัว

พ่อแม่บางคนปิดบังเรื่องที่พี่น้องมีความต้องการพิเศษ ก่อให้เกิดคำถามในใจเด็กมากมาย ในกรณีของครอบครัวที่มีสมาชิกความต้องการพิเศษ การสื่อสารระหว่างผู้ปกครองและลูกอาจเป็นเรื่องยากกว่าปกติ แต่ถ้าผู้ปกครองได้พูดคุยกับเด็กจะช่วยได้มาก



ให้ผู้ปกครองลองนึกถึงลูกของคุณ (เด็กที่มีพัฒนาการปกติ) และลองตอบคำถามต่อไปนี้

- ลูกสนใจและสามารถอธิบายผู้อื่นเกี่ยวกับพี่ชายหรือน้องสาวของเขาที่มีความต้องการพิเศษกับผู้อื่น (เช่น เพื่อน) หรือไม่
- ลูกเล่นหรือใช้เวลาร่วมกับพี่น้องที่มีความต้องการพิเศษหรือไม่
- ลูกมีเวลาทำกิจกรรมกับพ่อหรือแม่เป็นประจำหรือไม่
- ลูกมีเพื่อนสนิท มีเพื่อนเล่นหรือทำกิจกรรมยามว่างหรือไม่
- ลูกสนุกกับการไปโรงเรียนหรือไม่
- ลูกมีหน้าที่ต้องรับผิดชอบมากเกินไปหรือไม่
- ลูกมีปัญหาใดหรือไม่ เช่น ปัญหาการนอนหลับ การป่วยทางกาย ปวดศีรษะบ่อยๆ

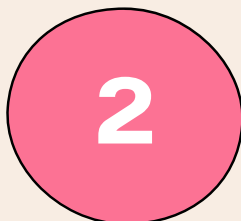
ประเด็นที่เด็กที่เติบโตกับพี่น้องที่มีความต้องการพิเศษควรได้รับการเอาใจใส่ มีดังต่อไปนี้

1

ความรู้สึกโดดเดี่ยว

เด็กที่เติบโตกับพี่น้องที่มีความต้องการพิเศษอาจรู้สึกโดดเดี่ยวและแตกต่างจากเด็กคนอื่นๆ ชีวิตของพวกเขาอาจแตกต่างจากเพื่อนๆ บางครั้งพวกเขาอาจไม่สามารถเล่นด้วยกันกับพี่น้อง หรือพูดคุยปรึกษากับพี่น้องที่มีความต้องการพิเศษได้ ไม่สามารถแบ่งปันประสบการณ์หรือสิ่งที่ได้เจอในชีวิตประจำวันในแง่ของความสัมพันธ์แบบพี่น้อง

บ่อยครั้งที่เขาารู้สึกว่าเพื่อนอาจจะไม่เข้าใจในภาวะของพี่น้องของเขาหรือรับไม่ได้ และอาจเป็นเรื่องยากที่จะคุยกับเพื่อนเกี่ยวกับการมีพี่น้องที่มีความต้องการพิเศษ



ไม่ได้รับข้อมูลที่เพียงพอเกี่ยวกับภาวะ ความต้องการพิเศษของพี่น้อง

การไม่ได้รับข้อมูลที่เหมาะสมเกี่ยวกับภาวะที่พี่น้อง
ของเขาเผชิญจากผู้ปกครอง อาจนำไปสู่ความเข้าใจผิดได้เกี่ยวกับ
ความต้องการพิเศษและความกลัวว่าพวกเขาอาจเป็นต้นเหตุหรือ
พวกเขาจะเป็นเหมือนพี่น้องสักวันหนึ่ง

นอกจากนี้ การมีข้อมูลที่จำกัดทำให้พวกเขาไม่รู้วิธีอธิบาย
พฤติกรรมที่พี่น้องแสดงออกแตกต่างจากคนทั่วไปให้ผู้อื่นฟัง
อย่างไร ตลอดจนทำให้เขาไม่สามารถมีส่วนช่วยเหลือหรือดูแลพี่น้อง
ได้อย่างเหมาะสมหากขาดข้อมูล

ความรู้สึกน้อยใจ

บ่อยครั้ง เด็กที่เติบโตกับพี่น้องที่มีความต้องการพิเศษมีความรู้สึกว่าเขาอาจไม่มีความสำคัญต่อครอบครัว พวกเขาอาจรับรู้หรือคิดเองว่าพี่น้องมีความสำคัญมากกว่า พ่อแม่อาจต้องใช้เวลาจำนวนมาก ในการรักษาหรือช่วยเหลือดูแลพี่น้องที่มีความต้องการพิเศษ และพ่อแม่ทุ่มเทเวลาและความสนใจในการดูแลพี่น้องที่มีความต้องการพิเศษ ผลที่ตามมาคือ เด็กรู้สึกถูกทอดทิ้งหรือถูกมองข้าม

ความโกรธและความหุนเหื่อง

อารมณ์โกรธและความหุนเหื่องของเด็กที่เติบโตกับพี่น้องที่มีความต้องการพิเศษมักเกิดขึ้นเมื่อตนเองและพี่น้องที่มีความต้องการพิเศษได้รับการปฏิบัติแตกต่างกัน หรือกิจวัตรของตนเองหรือครอบครัวถูกปรับเปลี่ยนหรือมีข้อจำกัดอันเนื่องมาจากพี่น้องที่มีความต้องการ

นอกจากการที่เด็กที่มีความต้องการพิเศษได้รับความสนใจจากพ่อแม่แล้ว ในบางครั้งเด็กพิเศษก็ได้รับการอนุโลมให้ประพฤติตนได้ตามใจหรือสามารถฝ่าฝืนข้อตกลงของครอบครัวได้ เช่น อนุญาตให้เล่นเกมได้เกินเวลา ซึ่งสำหรับเด็กที่มีพัฒนาปกติจะรู้สึกถึงความไม่ยุติธรรม เพราะพ่อแม่ปฏิบัติต่อลูกต่างกัน ก่อให้เกิดความรู้สึกไม่พอใจ โกรธหรือคับข้องใจ

ความรู้สึกอาย

เด็กที่เติบโตกับพี่น้องที่มีความต้องการพิเศษอาจมีความอายเกี่ยวกับรูปลักษณ์ของพี่ชายหรือน้องสาว หรือพฤติกรรมโดยเฉพาะอย่างยิ่งในที่สาธารณะ ที่โรงเรียน และอายเมื่อคนอื่น ๆ หยอกล้อหรือจ้องมองพี่น้องและตนเอง

นอกจากนี้ พวกเขาอาจรู้สึกอับอายเกี่ยวกับหน้าที่ที่เพื่อนๆ ไม่ต้องการหรือไม่ต้องการรับผิดชอบ เช่น การดูแลพี่ที่มากวาระบกพร่องทางสติปัญญาที่โรงเรียนในช่วงพักกลางวัน

ความกลัว กังวล

เด็กที่ไม่ได้รับข้อมูลเกี่ยวกับภาวะความต้องการพิเศษอาจเกิดความกลัวว่าวันหนึ่งเขาอาจจะแสดงอาการเช่นพื้ในห้องในครอบครัว นอกจากนี้ ยังอาจมีความกลัว ความกังวลเกี่ยวกับ:

- ความปลอดภัยของตัวเองในกรณีพื้ในห้องมีความก้าวร้าวรุนแรง
- สิ่งที่จะเกิดขึ้นกับพื้ในห้องที่มีความต้องการพิเศษโดยเฉพาะในช่วงวิกฤต เช่น หากต้องรักษาตัวในโรงพยาบาล
- อนาคตทั้งของตนเองและของพื้ในห้องที่มีความต้องการพิเศษจะเกิดอะไรขึ้น เมื่อพ่อแม่ไม่สามารถให้การดูแลได้ต่อไป
- กังวลว่าเพื่อนๆ ของตนจะยอมรับพื้ในห้องของตนที่มีความต้องการพิเศษหรือไม่



ถูกกดดันให้เป็นคนสมบูรณ์แบบ

เด็กที่เติบโตกับพี่น้องที่มีความต้องการพิเศษอาจรู้สึกว่าคุณต้องสมบูรณ์แบบหรือต้องประสบความสำเร็จเพื่อให้ตนเองได้รับความสนใจจากพ่อแม่ หรือเพื่อเป็นการชดเชยแทนพี่น้องที่มีความต้องการพิเศษ

พวกเขาอาจรู้สึกว่าคุณจำเป็นต้องเป็น 'เด็กดี' เพื่อไม่ให้ผู้ปกครองต้องทุกข์มากขึ้นเพราะพวกเขา พวกเขาอาจรู้สึกว่าคุณจำเป็นต้องสำเร็จในวิชาการหรือกีฬาเพื่อเป็นการชดเชยสำหรับข้อจำกัดของพี่น้องที่มีความต้องการพิเศษ

พ่อแม่อาจมองข้ามเพราะเห็นว่าลูกเป็นเด็กเก่ง เด็กดี จนไม่ทันได้สังเกตว่าลูกต้องการอะไร หรือลูกต้องพยายามให้ตัวเองเป็นเช่นนั้นเพราะเหตุใด

ความรู้สึกลึกซึ้ง

ความรู้สึกลึกซึ้งต่อพี่น้องที่พวกเขาไม่อาจจะบอกพร้องเช่น พี่น้อง ยิ่งเมื่อเห็นตนเองสำเร็จ และเห็นพี่น้องมีความยากลำบากในการใช้ชีวิต การดูแลตนเอง และการเรียนรู้ นอกจากนี้ เด็กที่มีพัฒนาการปกติอาจรู้สึกผิด ที่บางครั้งตนเองรู้สึกอับอายที่มีพี่น้องเป็นเด็กพิเศษ

ภาระหน้าที่และความรับผิดชอบ

บางครั้งผู้ปกครองมอบหมายให้เด็กช่วยดูแลพี่น้องที่มีความต้องการพิเศษ ซึ่งอาจทำให้เด็กรู้สึกว่าเขาพลาดทำกิจกรรมสร้างสรรค์กับเพื่อนๆ หรือกิจกรรมที่ตนเองชอบ เช่น กีฬา ดนตรี หรือโอกาสในการเล่นอิสระกับเพื่อนๆ ของตนเอง

รู้สึกว่าไม่มีทางออกของปัญหา

แรงกดดันมากมายที่มีต่อเด็กที่เติบโตกับพี่น้องที่มีความต้องการพิเศษ สามารถนำไปสู่ปัญหาต่างๆ ได้ เมื่อเด็กๆ ยังมีวุฒิภาวะไม่สูงพอ จะนำไปสู่พฤติกรรมที่ยากลำบากอื่น ๆ หรือการตอบสนองหรือการแสดงออกที่ไม่เหมาะสม อาจมีภาวะถดถอย เห็นคุณค่าในตนเองต่ำ พยายามหลีกเลี่ยงปัญหา ความเครียด วิตกกังวลมากขึ้น ซึ่งไม่ดีต่อสุขภาพในระยะยาวมีปัญหาด้านอารมณ์

การแสดงพฤติกรรม

เด็กหญิงอึ้งเปาอายุ 8 ขวบ ต้องไปปรึกษาจิตแพทย์เด็กและเยาวชน เนื่องจากมีพฤติกรรมก่อกวนทั้งที่โรงเรียนและที่บ้านมากขึ้น แม้ว่าอึ้งเปาเป็นห่วงน้องที่มีภาวะออทิสซึมมาก แต่ก็รู้สึกไม่พอใจที่น้องสาวของเธอได้รับการเอาใจใส่จากพ่อแม่มากกว่า

เมื่อพี่น้องที่มีความต้องการพิเศษได้รับความสนใจเป็นอย่างมาก เด็กที่มีพี่น้องที่มีความต้องการพิเศษจึงอาจรู้สึกว่าคุณเองไม่ได้รับความสนใจและพยายามทำพฤติกรรมต่างๆ เพื่อให้ได้รับความสนใจ ซึ่งอาจเป็นการแสดงพฤติกรรมปัญหาหรือเลียนแบบพฤติกรรมของพี่น้องที่มีความต้องการพิเศษ



พยายามเอาใจผู้อื่นมากเกินไป ให้ผู้อื่นชื่นชอบ

เด็กที่เติบโตกับพี่น้องที่มีความต้องการพิเศษอาจแสดง
การเอาอกเอาใจผู้อื่น โดยเฉพาะพ่อแม่ เพราะปรารถนาให้ตนเอง
เป็นที่รัก เป็นลูกคนโปรด ได้คำรับชื่นชม และการยอมรับ

เด็กบางคนเห็นว่าพ่อแม่ต้องเผชิญกับความเครียดมากมาย
และกลัวทำให้พ่อแม่ผิดหวัง เขาจึงไม่อยากสร้างปัญหาให้กับพ่อแม่
พยายามด้วยการเป็นเด็กดี' เด็กเก่ง ซึ่งเป็นการกดดันตัวเองอย่าง
มหาศาล

ความวิตกกังวล/ภาวะซึมเศร้า

เด็กที่เติบโตกับพี่น้องที่มีความต้องการพิเศษอาจเผชิญกับประสบการณ์ที่ทำให้เกิดความวิตกกังวล ไม่เพียงกังวลเกี่ยวกับพี่น้องที่มีความต้องการพิเศษ แต่ยังเกี่ยวกับตัวเขาเองด้วย เด็กอาจกลัวว่าวันหนึ่งตนเองอาจจะมีภาวะความต้องการพิเศษเหมือนพี่น้อง ผลที่ตามมาคือ พวกเขาอาจมีความวิตกกังวลหรือซึมเศร้า ความวิตกกังวลอาจทำให้มีปัญหาในการนอน เช่น นอนไม่หลับ ฝันร้าย หรือมีอาการทางกาย เช่น ปวดท้อง ปวดศีรษะ หรือบางคนมีพฤติกรรมกักอาหารที่ผิดปกติ มีความสัมพันธ์กับสภาวะจิตใจ

การพัฒนาทักษะสังคม

ปกติแล้ว เด็กๆ ได้เรียนรู้เกี่ยวกับการมีปฏิสัมพันธ์และทักษะการเข้าสังคมจากพี่น้อง แต่เมื่อเด็กเติบโตกับพี่น้องที่มีความต้องการพิเศษจึงอาจมีข้อจำกัดบางประการ

"เด็กหญิงไออุ่นใช้เวลาส่วนใหญ่อยู่กับพี่ชายที่มีภาวะออทิสซึมผู้มีปัญหาในการสื่อสาร เธอจึงไม่ได้เรียนรู้การสื่อสารและการสร้างปฏิสัมพันธ์จากพี่ชาย"

จากประเด็นที่กล่าวมาเกี่ยวกับเด็กที่เติบโตกับพี่น้องที่มีความต้องการพิเศษควรได้รับการเอาใจใส่ บางสถานการณ์หรือปัญหาที่มีแนวโน้มรุนแรง ซึ่งพ่อแม่ควรเอาใจใส่เป็นพิเศษหรือแก้ปัญหาอย่างเร่งด่วน

หากพ่อแม่สังเกตเห็นพฤติกรรมของลูกที่เป็นสัญญาณ ให้ปรึกษาผู้เชี่ยวชาญด้านเด็กและครอบครัว เมื่อใดควรขอความช่วยเหลือด้านจิตใจ: สัญญาณว่าลูกของฉันท้องการความช่วยเหลือ! ซึ่งเด็กอาจต้องการคำปรึกษาจากผู้เชี่ยวชาญเพื่อช่วยให้พวกเขารับมือกับปัญหาได้

- มีพฤติกรรมกินอาหารหรือการนอนเปลี่ยนแปลง (ทั้งมากเกินไปหรือน้อยเกินไป)
- แสดงอาการทางร่างกาย เช่น ปวดศีรษะหรือปวดท้อง
- แสดงถึงความสับสน
- กดดันให้ตนเองความสมบูรณ์แบบ
- ไม่มีสมาธิ
- เห็นคุณค่าในตนเองต่ำ บ่นถึงตนเองต่ำ
- พูดถึงการทำร้ายตัวเอง
- ไม่สามารถแยกจากพ่อแม่ได้ กลัวการพลัดพราก
- หหมดความสนใจในกิจกรรมต่างๆ
- ร้องไห้หรือแสดงความวิตกกังวลบ่อยๆ
- การถึงภาวะถดถอย

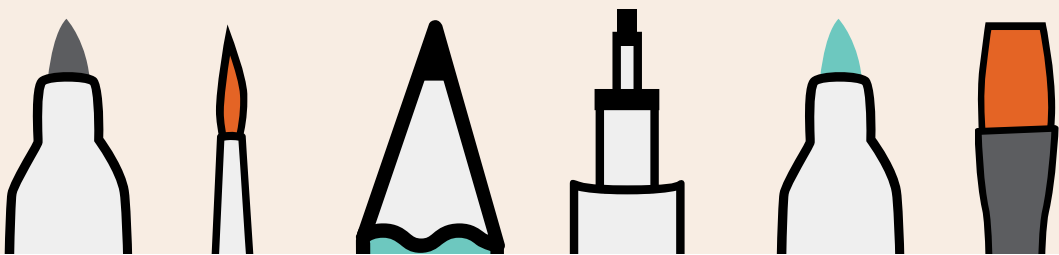
ในบางครั้ง พี่น้องก็อาจมีการแ่งงันกัน ทะเลาะกัน แกล้ง หรือเล่นกันแรงๆ แต่บางครั้งสิ่งเหล่านี้ก็ข้ามเส้นไปสู่การข่มเหง การละเมิดกัน (abuse) ทั้งการใช้คำพูด ด่าว่า ทุบ การทำร้ายร่างกาย เช่น การทุบ ตี ร่างกาย รวมถึงในครอบครัวที่มีเด็กที่มีความต้องการพิเศษ หากความสัมพันธ์ระหว่างพี่น้องกลายเป็นการละเมิด พ่อแม่ควรขอความช่วยเหลือจากผู้เชี่ยวชาญและนักจิตวิทยาทันทีเช่นกัน

สัญญาณที่เป็นไปได้ของการละเมิดในพี่น้องคือ:

- เด็กคนหนึ่งมักจะหลีกเลี่ยงพี่น้องของตน
- เด็กมีพฤติกรรมนอน นิสัยการกิน เปลี่ยนไป เช่น นอนฝันร้ายเป็นประจำ
- เด็กแสดงพฤติกรรมละเมิดในการเล่น เช่น การใช้คำหยาบคายด่าทอผู้อื่น เด็กคนหนึ่งมักเป็นผู้แกล้งอีกคนหนึ่งเสมอ และเด็กอีกคนคือเหยื่อเป็นประจำ
- เด็กแสดงพฤติกรรมทางเพศในลักษณะที่ไม่เหมาะสม

วิธีป้องกันการละเมิดระหว่างพี่น้อง

- ลดการแข่งขันระหว่างพี่น้อง
- ตั้งกฎพื้นฐานสำหรับครอบครัว เช่น ในบ้านจะไม่มีการเล่น ตี ดุดนัลเลียน ยั่วโมโห เรียกด้วยคำไม่เหมาะสม เพื่อป้องกันการละเมิดกัน และยึดตามกฎอย่างชัดเจน การต่อสู้จะต้องหยุดทันที แยกเด็ก เมื่อพวกเขาสงบลงแล้วให้ พูดถึงสิ่งที่เกิดขึ้นและแสดงให้ชัดเจนว่าไม่อนุญาตให้ใช้ความรุนแรงในครอบครัว
- ไม่ปล่อยให้เด็กคนใดคนหนึ่งต้องมีความรับผิดชอบต้ออีกคนมากเกินไป เช่น หลังจากกลับจากโรงเรียน อาจเลือกกิจกรรมหลังเลิกเรียน ดีกว่าปล่อยให้เด็กคนหนึ่งต้องอยู่ดูแลอีกคนหลังจากเลิกเรียน โดยไม่มีพ่อแม่
- พ่อแม่ควรมีการพูดคุยเป็นประจำกับเด็กทีละคน แบบหนึ่งต่อหนึ่ง โดยเฉพาะอย่างยิ่งหลังจากที่ให้เด็กๆ อยู่ด้วยกันตามลำพัง
- พ่อแม่ต้องเป็นตัวอย่างที่ดีในการจัดการกับความขัดแย้ง ไม่ใช้ความรุนแรง มีการควบคุมอารมณ์ที่ดี
- สอนให้เด็กรู้จักการรักษาความปลอดภัยและสิทธิ์ในการร่างตนเอง เช่น สอนให้เด็กๆ รู้จักพูดว่า “ไม่” ถ้าเขาไม่ต้องการให้ผู้อื่นสัมผัสตัวเขา
- สร้างบรรยากาศในครอบครัวให้อบอุ่นและปลอดภัย ให้เด็กๆ ทุกคนมีความรู้สึกที่สามารถเล่าถึงปัญหาหรือความคับข้องใจได้ และพ่อแม่จะช่วยในการแก้ไขปัญหาคได้ (ปัญหาจะได้รับการแก้ไข ใจใส่จากพ่อแม่)
- คอยสอดส่องการใช้สื่อ ทีวี เกม อินเทอร์เน็ต ของเด็กๆ และการเข้าร่วมในกลุ่มแชต และจัดการควบคุมช่องทางการเข้าถึงให้เหมาะสมสำหรับเด็ก
- ประการสุดท้าย พ่อแม่ต้องมีส่วนร่วมในชีวิตและการเติบโตของเด็กๆ ทุกๆ คนในครอบครัว



พ่อแม่จะช่วยให้ลูกๆ เข้ากันได้ดีขึ้นได้อย่างไร ทั้งเด็กที่มีพัฒนาการปกติและเด็กที่มีความต้องการพิเศษกฎพื้นฐาน:

- อย่ามีลูกคนโปรด ซึ่งเด็กๆ จะสามารถรับรู้ได้ว่าใครสำคัญกว่าใคร
- อย่าเปรียบเทียบลูกๆ
- ให้เด็กแต่ละคนเติบโตในแบบของตัวเอง อย่าพยายามตีตรา
- ส่งเสริมให้เด็กๆ ร่วมมือกันมากกว่าที่ให้แข่งขันกัน ตัวอย่างเช่น ให้เด็กๆ ช่วยกันเก็บของเล่นโดยแข่งกับนาฬิกา (ใช้เวลาให้น้อยที่สุด) แทนที่จะให้เด็กๆ แข่งขันกันเอง

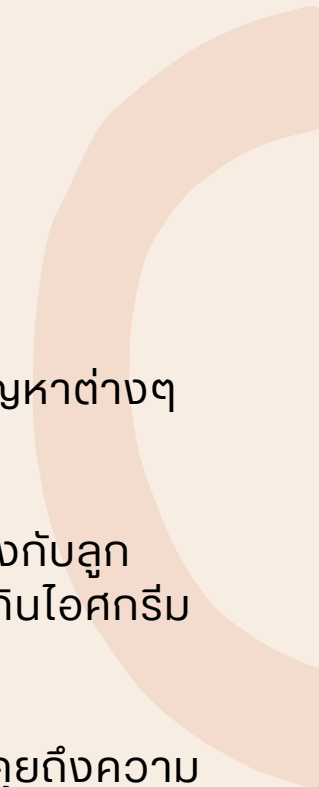
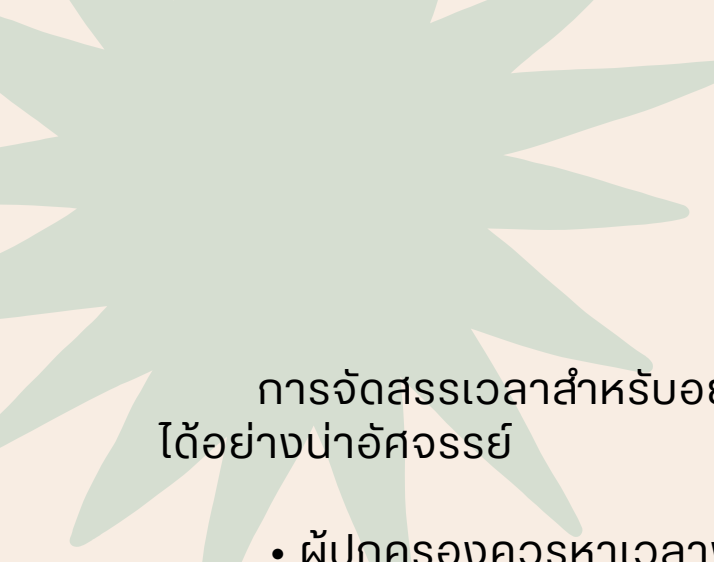
- สังเกตรูปแบบ สถานการณ์ หรือช่วงเวลาที่เด็กๆ มักจะเกิดความขัดแย้ง เช่น ความขัดแย้งเกิดขึ้นก่อนนอนหรือบางที่เมื่อเด็กกลับจากโรงเรียน บางที่แค่ปรับเปลี่ยนกิจวัตรหรือการจัดการเพียงเล็กน้อยก็ช่วยแก้ปัญหาได้ เช่น เมื่อเด็กกลับจากโรงเรียนอาจจะหิว หงุดหงิด ก็อาจเตรียมอาหารว่างไว้ให้ หรือถ้าเป็นช่วงก่อนนอน ให้หากิจกรรมง่ายๆ ให้เด็กๆ ได้มุ่งสนใจอาจช่วยแก้ปัญหาคความขัดแย้งของเด็กๆ ได้

- สอนเด็กๆ ให้รู้จักวิธีเชิงบวกที่จะได้รับความสนใจจากกันและกัน แสดงวิธีเข้าหาเด็กอีกคนหนึ่ง และวิธีขอหรือชวนให้พี่น้องเล่นด้วย แสดงวิธีการแบ่งปันสิ่งของและของเล่น

- ความยุติธรรมในครอบครัวเป็นสิ่งสำคัญ แต่ก็ไม่ได้หมายความว่าพี่น้องต้องได้รับสิ่งต่างๆ เท่ากันหมด หรือได้รับทุกอย่างเหมือนกัน เด็กที่โตกว่าหรืออายุน้อยกว่าอาจมีสิทธิพิเศษที่แตกต่างกันไปตามอายุ หรือความสนใจ หรือความต้องการจำเป็นพิเศษ สร้างความมั่นใจให้บุตรหลานว่าพ่อแม่ได้พยายามที่จะตอบสนองความต้องการเฉพาะของพวกเขาแต่ละคน

- วางแผนกิจกรรมครอบครัวที่สนุกสนานสำหรับทุกคน หากเด็กๆ มีประสบการณ์ที่ดีร่วมกัน สิ่งนี้จะทำหน้าที่เสมือนกันชนเมื่อพวกเขาเกิดความขัดแย้งหรือปะทะกัน จึงควรสร้างทรงจำอันอบอุ่นในครอบครัวให้เด็กๆ

- ใช้เวลาเด็กแต่ละคนได้ทำสิ่งที่ตนเองสนใจ หรือได้เล่นกับเพื่อน ๆ ของตัวเอง โดยไม่ต้องรับการระดมพลพี่น้อง และควรจัดเตรียมพื้นที่ของเด็กแต่ละคน ซึ่งไม่จำเป็นต้องกว้างขวาง แต่ต้องเป็นพื้นที่ที่ปลอดภัยและปลอดภัยต่อข้าวของ ของใช้ส่วนตัว



การจัดสรรเวลาสำหรับอยู่กับลูกแต่ละคน อาจป้องกันปัญหาต่างๆ ได้อย่างน่าอัศจรรย์

- ผู้ปกครองควรหาเวลาพูดคุยหรือทำกิจกรรมตามลำพังกับลูกแต่ละคนเป็นประจำ เพราะมีความหมายต่อลูกมาก เช่น ชวนไปกินไอศกรีม หรือไปเลือกซื้อหนังสือการ์ตูน หรือการพูดคุยก่อนเข้านอน

- เมื่อพ่อแม่อยู่กับเด็กแต่ละคนตามลำพัง พ่อแม่จะได้พูดคุยถึงความสัมพันธ์ของพี่น้อง อาจถามว่าพวกเขาชอบเล่นอะไรด้วยกัน ชอบทำอะไรด้วยกัน ประสพการณ์หรือการใช้เวลาดีๆ ร่วมกัน และสิ่งที่พี่น้องอาจรบกวนหรือทำให้พวกเขาอยู่ในสถานการณ์ลำบากใจหรืออันตราย นอกจากนี้สิ่งนี้จะช่วยให้พ่อแม่ติดตามความสัมพันธ์ของพี่น้องแล้ว ยังช่วยให้พวกเขาระลึกถึงวิธีการที่พวกเขาสามารถใช้เวลาที่ดีร่วมกันได้ และช่วงเวลาที่พวกเขามีความรู้สึกดีๆ ต่อกัน

- เวลาที่พ่อแม่ให้กับลูกอาจไม่ได้ยาวนานนัก แต่ควรมีอย่างสม่ำเสมอ และเน้นการฟัง-ฟังว่าลูกๆ รู้สึกอย่างไรเกี่ยวกับสิ่งที่เกิดขึ้นในครอบครัว เด็กๆ จะสามารถรับรู้ได้ว่าพ่อแม่ใส่ใจว่าพวกเขารู้สึกอย่างไร

เมื่อวางแผนกิจกรรมครอบครัว จำไว้ว่าไม่ใช่ทุกอย่างต้องทำร่วมกับทุกคนในครอบครัว การส่งเสริมให้เด็กแต่ละคนมีความสนใจในตนเอง และให้พื้นที่พิเศษแก่แต่ละคนสำหรับเรื่องส่วนตัว



การแก้ไขข้อขัดแย้ง:

- หากเด็กมีความขัดแย้งกัน ลองสังเกตดูว่าบุตรหลานสามารถแก้ไขความขัดแย้งได้เองหรือไม่ แต่หากเป็นเด็กเล็ก อาจต้องการให้พ่อแม่เข้าไปช่วยจัดการแก้ปัญหาก็ได้ หรือสอนวิธีการจัดการกับความขัดแย้ง พยายามอย่าเข้าข้างเด็กคนใดคนหนึ่งมากกว่า สิ่งแรกที่ต้องทำคือให้เด็กสงบลงก่อน จากนั้นตามคำถามเกี่ยวกับสิ่งที่เกิดขึ้นก่อนที่จะจัดการกับพฤติกรรมปัญหา

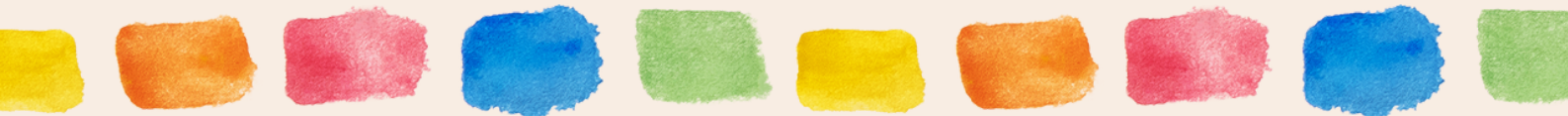
- สอนเด็กๆ มีทักษะในการแก้ปัญหาคความขัดแย้งด้วยตนเอง สอนวิธีการประนีประนอม เคารพซึ่งกันและกัน เช่น แบ่งแยกสิ่งต่าง ๆ อย่างยุติธรรม ฯลฯ หากพ่อแม่สอนวิธีการและเป็นแบบอย่างให้แก่เด็กๆ ในที่สุดเด็กๆ จะมีความมั่นใจว่าพวกเขาสามารถแก้ไขได้ด้วยตนเอง

- พ่อแม่ต้องขมใจเมื่อเจอสถานการณ์ที่เด็กๆ ทะเลาะกัน หรือยั่วอารมณ์ ไม่ควรตะโกนหรือตอบโต้ด้วยอารมณ์รุนแรง

- เมื่อมีความขัดแย้งเกิดขึ้นระหว่างพี่น้อง ลองให้ลูก ๆ แสดงความรู้สึกที่มีต่อกัน สอนให้บุตรหลานใช้วิธีการบอกความรู้สึกของพวกเขาก็ได้ หรือวิธีการพูดเกี่ยวกับความรู้สึก โดยไม่จำเป็นต้องตะโกน เรียกชื่อกันอย่างหยาบคาย หรือใช้ความรุนแรงต่อกัน

- ส่งเสริมการเจรจาแบบ win-win ซึ่งแต่ละฝ่ายได้รับบางสิ่งบางอย่าง

- จำลองทักษะการแก้ปัญหาคความขัดแย้งที่ดีสำหรับบุตรหลานของคุณเมื่อมีปฏิสัมพันธ์กับพวกเขาและกับสมาชิกในครอบครัวคนอื่นๆ ตอนที่ยังไม่เกิดปัญหา



ลดสถานการณ์ปัญหาที่น้องง่าย ๆ ด้วยการสร้างข้อตกลงของครอบครัวให้บุตรหลานของคุณมีส่วนร่วมในการกำหนดกฎของครอบครัวภายในบ้าน และพ่อแม่ต้องระบุผลกระทบที่ชัดเจนหากมีใครไม่ปฏิบัติตามกฎ และใช้อย่างสม่ำเสมอเพื่อป้องกันการทะเลาะวิวาท ยกตัวอย่างเช่น

- เมื่อมีความขัดแย้งกัน ห้ามทำร้าย (การตี ตะ กูบ ฯลฯ) ไม่อนุญาตให้มีการเรียกกันหยาบคาย ตะโกน ฐู และห้ามล้อเลียนในขณะที่เด็กคนใดคนหนึ่งกำลังถูกทำโทษ

- หากมีการโต้เถียงกันว่าใครจะมีสิทธิ์ตัดสินใจเลือกสิ่งใดสิ่งหนึ่งร่วมกัน เช่น เลือกดูนิทานก่อนนอน การใช้เวลาในวันเสาร์อาทิตย์ ทะเลาะกันเพื่อแย่งชิงของเล่น ให้พ่อแม่อธิบายวันว่าใครมีสิทธิ์เลือกก่อน อาจสลับกันวันเว้นวัน หรือสลับรายสัปดาห์ และทุกคนต้องเคารพสิทธิ์ซึ่งกันและกัน

- เด็กๆ ชอบยืมของกัน เช่น เครื่องเขียน หนังสือการ์ตูน ของเล่น แต่หากการยืมเป็นปัญหา เช่น อีกฝ่ายมักทำของพี่น้องหาย หรือทำพัง ให้เด็กที่เป็นผู้ยืมวางหลักประกัน-เช่น ของเล่นของตน และจะคืนได้ก็ต่อเมื่อตนเองได้คืนของที่ยืมแก่พี่น้องแล้ว



ความคาดหวังของสมาชิก ในครอบครัวที่มีต่อเด็กที่มีความต้องการพิเศษ

พี่น้องที่มีพัฒนาการปกติโดยทั่วไปมักจะมีบทบาทสำคัญในชีวิตของพี่น้องที่มีความต้องการพิเศษ พ่อแม่สามารถช่วยเด็กให้พี่น้องที่มีความต้องการพิเศษได้รับทักษะที่จะช่วยให้สามารถดำรงชีวิตอย่างอิสระได้มากที่สุด หรือดูแลตนเองได้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ ซึ่งพ่อแม่ควรมีความคาดหวังต่อเด็กที่มีความต้องการพิเศษให้มีส่วนร่วมในงานบ้านและความรับผิดชอบส่วนตัวให้เท่าที่จะทำได้ เพื่อให้ลูกที่มีพัฒนาการปกติรู้สึกถึงความยุติธรรม แม้ว่าความรับผิดชอบอาจไม่เท่ากันหรือไม่เหมือนกัน แต่จะลดความขุ่นเคืองและความคับข้องใจระหว่างพี่น้อง ยินดีกับความสำเร็จของบุตรหลานแต่ละคนโดยไม่เปรียบเทียบกัน



สิทธิของเด็กๆ ในการเติบโต ในสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัย

เด็กที่เติบโตกับพี่น้องที่มีความต้องการพิเศษบางคนอาศัยอยู่กับพี่น้องที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว รุนแรง เด็กๆ ควรที่จะได้รับความปลอดภัยส่วนบุคคล

พ่อแม่ต้องให้ความสำคัญกับการสร้างพื้นที่ปลอดภัยให้กับเด็ก ทั้งการให้เด็กสามารถเปิดใจแสดงความคิดความรู้สึก ให้เด็กรู้สึกสบายใจ ที่จะขอให้พ่อแม่ช่วยเหลือในสถานการณ์ต่างๆ



โอกาสในการได้รับข้อมูลของเด็ก

เด็กๆ ต้องการข้อมูลเกี่ยวกับความต้องการพิเศษของพี่น้อง ตลอดจนการรักษา ผู้ปกครองและผู้ให้บริการมีหน้าที่ให้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์แก่เด็กๆ อย่างเป็นประจำหรือเมื่อมีการเปลี่ยนแปลง

ในช่วงแรก เด็กที่เติบโตกับพี่น้องที่มีความต้องการพิเศษหลายคนกังวลเกี่ยวกับภาระหน้าที่ที่พวกเขาจะมีต่อพี่น้องของพวกเขา เช่น เมื่อต้องไปโรงเรียนเดียวกัน หรือเมื่อพ่อแม่จากไปแล้ว พ่อแม่ควรสร้างความมั่นใจกับลูกๆ อธิบายถึงการวางแผนสำหรับอนาคตของลูกแต่ละคน ให้เด็กๆ มีส่วนร่วมในการตัดสินใจ

ความกังวลของพี่น้องเกี่ยวกับอนาคตข้างหน้า เด็กๆ ควรจะได้รับการสนับสนุนจากพ่อแม่เพื่อไล่ตามความชอบ ความสนใจ และความฝันของตนเอง



ไม่คาดหวังพฤติกรรมที่ดีเลิศจากลูกคนใดคนหนึ่ง

ถึงแม้ว่าพ่อแม่จะเฝ้าดูได้ยากเกี่ยวกับ การล้อเล่น การเรียกชื่อ การโต้เถียง และความขัดแย้งในรูปแบบอื่นๆ เป็นเรื่องปกติในหมู่พี่น้องส่วนใหญ่แม้ว่าอีกคนจะมีความต้องการพิเศษก็ตาม

แม้ว่าผู้ปกครองอาจรู้สึกตกใจกับความเกรี้ยวกราดของพี่น้องที่มีต่อกัน แต่ความขัดแย้งส่วนใหญ่อาจเป็นส่วนที่เป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาสังคมตามปกติ

เด็กดาวน์ซินโดรมที่โตมากับพี่น้องที่ทะเลาะกันบ้างในบางครั้ง มักจะเตรียมพร้อมที่จะเผชิญชีวิตในชุมชนในฐานะผู้ใหญ่ได้ดีกว่าเด็กดาวน์ซินโดรมที่โตเป็นลูกคนเดียว ไม่ว่าจะปรับตัวหรือเหมาะสมต่อพัฒนาการเพียงใด ความขัดแย้งของพี่น้องโดยทั่วไปมักส่งผลให้เกิดความรู้สึกผิดเมื่อพี่น้องคนหนึ่งมีสุขภาพพิเศษหรือความต้องการด้านพัฒนาการ

เมื่อเกิดความขัดแย้ง ข้อความที่ส่งถึงพี่น้องหลายคนคือ "ปล่อยให้พี่น้องของคุณอยู่คนเดียว คุณโตกว่า คุณแข็งแกร่งกว่า คุณควรรู้ดีกว่ามันเป็นหน้าที่ของคุณที่จะประนีประนอม"

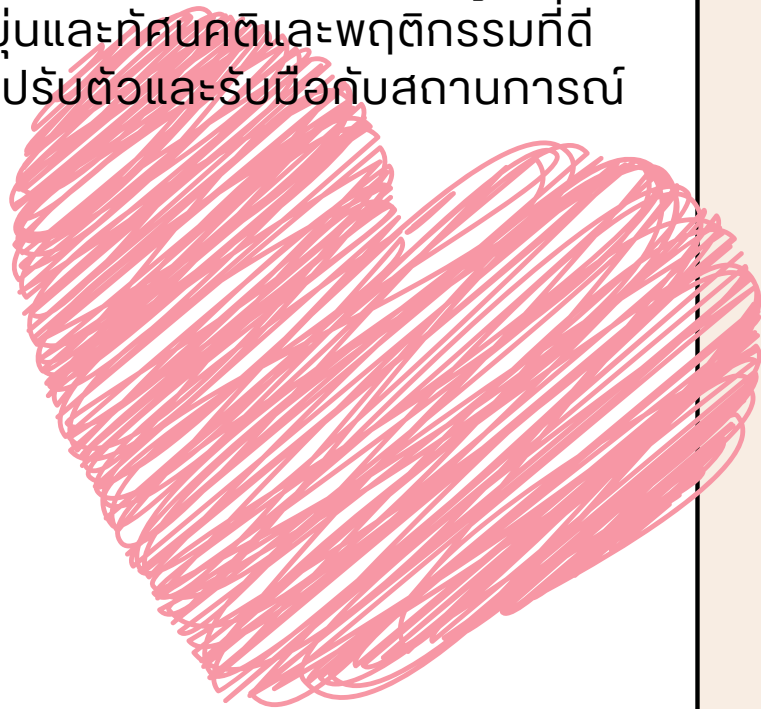
พี่น้องที่กำลังพัฒนาโดยทั่วไปสมควรได้รับชีวิตที่พวกเขาเหมือนเด็กคนอื่น ๆ ที่บางครั้งประพฤติดังไม่ดี โกรธเคืองและต่อสู้กับพี่น้องของพวกเขา





เพราะคุณคือคนสำคัญของลูก ดังนั้น...

พ่อแม่ควรจำไว้ว่าความคิดและทัศนคติของพ่อแม่ต่อภาวะความต้องการพิเศษของลูก มีอิทธิพลอย่างมากต่อการความรู้สึกและการปฏิบัติของเด็กในครอบครัวที่มีพัฒนาการปกติ หากผู้ปกครองแบบอย่างของความยืดหยุ่นและทัศนคติและพฤติกรรมที่ดี เด็กที่มีพัฒนาการปกติก็จะสามารถปรับตัวและรับมือกับสถานการณ์ต่างๆ ได้ดี



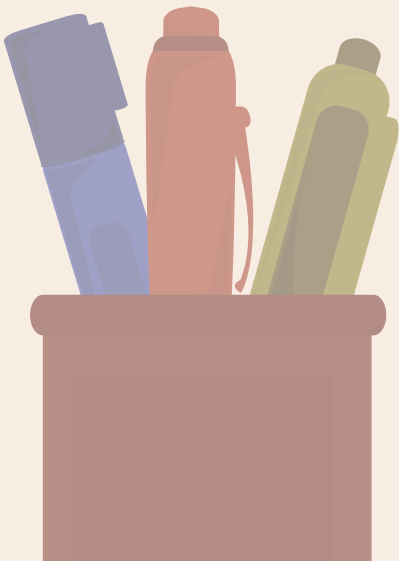
**จงให้ความสำคัญกับความสำเร็จ
และเป้าหมายของเด็กทุกคนในครอบครัว**

หากมีพี่น้องที่พ่อแม่ไม่ได้สนับสนุนตามความสนใจหรือความถนัด เพราะพ่อแม่ต้องทุ่มเทกับลูกอีกคนที่มีความต้องการพิเศษได้ ความต้องการพิเศษของเด็กคนหนึ่งไม่ควรมาบดบังความสำเร็จและความฝันของเด็กอีกคนหนึ่ง พ่อแม่ควรแสดงให้เห็นแก่ทราบว่าแต่ละคนได้รับการสนับสนุนอย่างเหมาะสม ทุกคนมีหน้าที่และความรับผิดชอบ และชื่นชมในความแตกต่างของแต่ละคน ช่วยรับประกันว่าความสำเร็จของสมาชิกในครอบครัวทุกคนหาโอกาสชมเชยเด็กแต่ละคนที่ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน

สรุปท้ายเล่ม

ตระหนักถึงจุดแข็งและความสำเร็จของเด็กแต่ละคน และทำให้แน่ใจว่าพวกเขาจะมีมิตรภาพที่ดีต่อกัน ให้เด็กที่มีความต้องการพิเศษดูแลตนเองให้ได้มากที่สุดและมีหน้าที่ในงานอื่น ๆ มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ ด้วยวิธีนี้ ทุกคนมีความรับผิดชอบ และเด็ก ๆ จะไม่รู้สึกรู้สีกว่ามีการละเมิดเกินไป เด็กที่มีความต้องการพิเศษควรอยู่ภายใต้กฎเดียวกัน และควรกำหนดผลที่ตามมาที่เหมาะสม

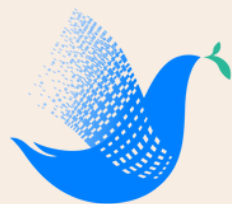
มีช่วงเวลาที่ให้เด็กแต่ละคนได้ถ่ายทอดความรู้สึก ทั้งด้านบวกและด้านลบ ตลอดจนวิธีการพูดคุยเกี่ยวกับความเครียด เช่น เพื่อนฝูง การใช้ชีวิตประจำวัน หน้าที่และความรับผิดชอบ ผู้ปกครองควรเป็นต้นแบบของการมีทัศนคติที่ดี เป็นแบบอย่างในการสื่อสาร และการแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ สิ่งเหล่านี้จะช่วยสร้างความสัมพันธ์ที่ดีในครอบครัว



สิ่งที่เด็กๆ ฝากถึงผู้ปกครอง

- ต้องการความมั่นใจว่าพ่อแม่จะคอยสนับสนุนเขาเสมอ ในบางครั้งเขาก็ต้องการความช่วยเหลือ เช่น เรื่องการเรียน ความสัมพันธ์กับเพื่อนที่โรงเรียน อนาคตการเรียนต่อ เป็นต้น
- ต้องการพูดคุยเพื่อบอกความรู้สึกของตนเองกับพ่อแม่อย่างสะดวกใจและร่วมแบ่งปันความรู้สึกที่ยากลำบากของตนเองและครอบครัว และให้กำลังใจซึ่งกันและกัน
- ต้องการเป็น "คนพิเศษของพ่อแม่" เช่นกัน อยากมีเวลาที่จะได้พูดคุย ทำกิจกรรมกับพ่อแม่ รู้สึกว่าพ่อแม่รัก เข้าใจ และใส่ใจพวกเขา
- ต้องการทราบข้อมูลเกี่ยวกับภาวะทางสุขภาพพี่น้อง มีส่วนร่วมในการพูดคุยหาแนวทางในการดูแลช่วยเหลือพี่น้อง
- ต้องการการชื่นชมจากพ่อแม่ในสิ่งที่เขามีส่วนช่วยในงานบ้านต่างๆ หรือช่วยดูแลพี่น้อง หรือการประสบความสำเร็จ แม้จะเป็นเรื่องเล็กๆ น้อยๆ
- ต้องการโอกาสในการทำกิจกรรมที่ชอบ มีเวลาส่วนตัว หรือได้ใช้เวลากับเพื่อนๆ





กองทุนพัฒนาสื่อ
ปลอดภัยและสร้างสรรค์
THAI MEDIA FUND

โครงการชุดหนังสืออิเล็กทรอนิกส์แบบตอบโต้ได้
Super Siblings of Special Kids
เพื่อเสริมสร้างความสัมพันธ์ในครอบครัวของเด็กพิเศษ
ได้รับการสนับสนุนจาก กองทุนพัฒนาสื่อปลอดภัยและสร้างสรรค์ ประจำปี พ.ศ. 2565