

เด็กน้อยที่หัดเดินอยู่ ของแม่

12 เดือนถึง 2 ขวบ

พัฒนาการของลูกน้อยในช่วงเวลานี้ จะสร้างประสบการณ์ที่แปลกใหม่ในช่วงชีวิตการเป็นพ่อแม่ให้กับคุณ ลูกของคุณจะเริ่มใช้ภาษาในการสื่อสาร และขยับเขยื้อนร่างกายในรูปแบบต่างๆ ซึ่งการพัฒนาทั้งสองสิ่งนี้จะส่งเสริมซึ่งกันและกัน กล่าวคือระหว่างที่ลูกของคุณกำลังสนุกกับการเพิ่มพูนทักษะใช้ภาษา การเคลื่อนไหวร่างกายก็จะพัฒนาเพิ่มขึ้นทุกวัน

พัฒนาการด้านการสื่อสาร

- พูดได้อย่างน้อย 1 คำ เมื่ออายุ 1 ขวบ ถือเป็นกฎมาตรฐานของพัฒนาการด้านภาษาของทารก
- คุณคือต้นแบบที่สำคัญที่สุดในเรื่องภาษาและการสื่อสาร ลูกจะเฝ้ามองริมฝีปากของคุณเมื่อคุณพูด และสังเกตวิธีการขยับปากเพื่อเปล่งเป็นคำพูดออกมา หากคุณต้องการสื่อสารสิ่งใดกับลูกโดยใช้มือประกอบ อาจต้องระวังเพราะเขาอาจจะมัวจดจ่อกับการดูริมฝีปากของคุณอยู่
- การตั้งชื่อสิ่งต่างๆ ที่อยู่รอบตัวเด็ก จะช่วยเพิ่มพูนคำศัพท์ให้เขาจดจำ
- ลูกน้อยของคุณจะสนุกกับการอ่านหนังสือไปกับคุณ หรืออ่านด้วยตัวเอง ดังนั้น การมีหนังสือดีๆ เนื้อหาต่างๆ ที่มีคำศัพท์ 1-2 คำในหนึ่งหน้า จะช่วยสร้างความสนใจให้กับพวกเขาได้เป็นอย่างดี

พัฒนาการด้านการเคลื่อนไหว

เด็กบางคนเดินได้ตั้งแต่อ่อนครบหนึ่งขวบ ขณะที่บางคนต้องใช้เวลาถึง 16 เดือนหรือมากกว่านั้น ลูกของคุณก็เช่นกัน เด็กทุกคนจะมีเวลาของเขาเองในเรื่องนี้ โดยทั่วไปพัฒนาการของเด็กจะเป็นดังนี้

- การเริ่มหัดเดินด้วยเท้าเปล่าจะช่วยให้เด็กรับรู้ความรู้สึก รับรู้สัมผัสจากเท้าได้ดีกว่า ทำให้เรียนรู้วิธีเดินได้ง่ายขึ้น
- เด็กหัดเดินมักจะล้ม จึงควรจัดเตรียมสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมและปลอดภัยไว้ให้พวกเขา
- เด็กมักสนุกกับการหัดเดินขึ้นลงบันได หรือปีนขึ้นเนินแล้ววิ่งลงมา ดังนั้นการจัดเตรียมพื้นที่สำหรับพัฒนาการเรื่องนี้ก็เป็นสิ่งจำเป็น
- การเล่นเกมให้เด็กแต่ละส่วนต่างๆ ของร่างกาย จะช่วยสอนให้เด็กเรียนรู้เรื่องราวกายของตนเอง
- แม้ว่าจะจัดเตรียมพื้นที่ปลอดภัยไว้ให้ แต่โอกาสที่ลูกของคุณจะหกล้มก็เกิดขึ้นได้ตลอดเวลา จำเป็นที่จะต้องสอนให้พวกเขาเรียนรู้วิธีการล้มอย่างปลอดภัย รวมทั้งรู้จักป้องกันตนเองไม่ให้ล้มง่าย ๆ

ความรักและความผูกพัน

- เด็กเล็กต้องการความมั่นคงทางอารมณ์และความสัมพันธ์ที่เปี่ยมด้วยความรัก ซึ่งจะช่วยให้พวกเขาเกิดความเครียด ความสัมพันธ์นี้รวมถึงกับพ่อ แม่ ญาติพี่น้อง และบรรดาผู้ที่อยู่รายล้อมพวกเขา ทำงานใกล้ชิด เช่น พี่เลี้ยง หรือเจ้าหน้าที่ของสถานเลี้ยงเด็ก เป็นต้น สัมผัสแห่งความรักและความอบอุ่นนี้ จะช่วยส่งเสริมพัฒนาการทางสมองของเด็กได้เป็นอย่างดี

- การได้รับความรักและการยอมรับ จะช่วยให้ลูกของคุณมีพัฒนาการด้านอารมณ์และสังคมที่ดี
- เด็กๆ จะซึมซับพฤติกรรมทางสังคม ผ่านการมองผู้ใหญ่ที่อยู่รายล้อมในชีวิต ดังนั้น อย่าลืมนึกว่าพวกคุณคือต้นแบบของพวกเขา
- ช่วงเวลานี้ เป็นเวลาสำคัญที่คุณจะเริ่มสอนเด็กเกี่ยวกับเรื่องอารมณ์ วิธีที่ง่ายที่สุดคือ อยู่เคียงข้างเมื่อพวกเขามีปัญหา อาจใช้คำพูด เช่น หนูกำลังเสียใจอยู่ใช่ไหม หรือการแสดงออกอย่างอื่น เช่น การโอบกอด ซึ่งจะช่วยให้เด็กรับรู้ว่าคุณเข้าใจและช่วยให้เด็กรู้จักอารมณ์ความรู้สึกแบบต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับตน สิ่งที่สำคัญคือ เด็กจะต้องเข้าใจความรู้สึกของตนเอง และรู้ว่าคุณจะไม่ทิ้งเขาไปไหน แต่จะช่วยปลอบประโลมเมื่อเขามีปัญหา
- นอกจากนี้ คุณอาจสอนให้เด็กได้เรียนรู้ว่า อารมณ์นั้นเป็นสิ่งที่ไม่คงที่ ตอนนี้อาจเศร้าเสียใจ แต่อีกไม่นานมันก็จะหายไป ซึ่งจะเป็นจุดเริ่มต้นของการเรียนรู้ในเรื่องความแตกต่างระหว่าง “อารมณ์” และ “ตัวตน”

ระเบียบวินัย

- วินัย นั้น สร้างได้จากการ “สั่งสอน” มากกว่า จาก “การลงโทษ” เราสามารถใช้โอกาสที่เด็กแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม หรือเวลาที่เด็กขัดแย้งกัน ในการปลูกฝังเรื่องนี้ให้พวกเขาได้เรียนรู้และพัฒนาทักษะในด้านนี้
- เนื่องจากเด็กเล็กยังไม่สามารถสร้างวินัยของตนเองได้ จึงจำเป็นต้องอาศัยการเรียนรู้จากพวกเราว่าสิ่งใดถูกสิ่งใดควร เพื่อกำหนดเป็นพฤติกรรมที่เหมาะสมของตนเอง
- เมื่อต้องการสั่งสอนลูกน้อยเกี่ยวกับเรื่องนี้ อย่าลืมที่จะเป็นฝ่ายเดียวกับเขาก่อนแล้วจึงค่อยๆ สั่งสอนเพื่อปรับพฤติกรรมของเขา ตัวอย่างเช่น เมื่อลูกของคุณไปก่อกวนคนอื่น คุณควรที่จะแสดงความรักความเข้าใจกับเขาก่อน เช่น ถามว่า เป็นเพราะหนูโกรธใช่ไหม และเมื่อเขาสงบลง ก็เลือกใช้คำสอนสั้นๆ ที่กระชับ และจะช่วยให้เขาได้คิด เช่น “ไปก่อกวน เขาก็เจ็บแสบ ลูกเป็นเด็กดีนี่นา” แล้วจึงเบี่ยงเบนความสนใจ โดยพาเขาออกไปสู่สิ่งอื่น เช่น ไปดูปลาในบ่อกันดีกว่า เป็นต้น

พัฒนาการในขวบปีที่ 2-3

ขวบปีที่ 3 ถือเป็นช่วงสำคัญของการพัฒนาสมองของลูกน้อยของคุณ ยิ่งเขาได้สำรวจ เรียนรู้ และเพิ่มพูนประสบการณ์ในโลกนี้มากขึ้นเท่าไร ก็จะช่วยทำให้เขาได้สร้างเสริมพัฒนาการและขีดความสามารถของตนมากขึ้นเท่านั้น เด็กส่วนใหญ่จะก้าวมาถึงหลักชัยแรกของการพัฒนาการด้านการใช้ภาษาและการเคลื่อนไหวในขวบปีนี้ ต่อจากนี้ไปพวกเขาจะเข้าสู่ช่วงเวลาของการต่อยอดพัฒนาการทั้งสองด้านตามโอกาสที่ได้รับและความสามารถเฉพาะตัวที่มีอยู่

พัฒนาการด้านการสื่อสาร

- อย่าลืมนึกว่า คุณคือแหล่งคำศัพท์และต้นแบบการใช้ภาษาของลูก หากคุณใช้ถ้อยคำสุภาพอยู่ตลอดเวลา เช่น ได้โปรด... หรือ ขอบคุณ ลูกของคุณก็จะพูดแบบเดียวกัน
- การเอ่ยเรียกชื่อสิ่งต่างๆ รอบๆ ตัวพวกเขา จะทำให้ลูกของคุณได้เรียนรู้คำศัพท์ใหม่ๆ และมีพัฒนาการด้านภาษาที่ดียิ่งขึ้น

- การอ่านหนังสือให้ลูกฟัง นอกจากจะช่วยให้เด็กรักการอ่านและเรียนรู้เรื่องราวต่างๆ แล้ว เด็กจะพัฒนาความชอบของตนขึ้นมา และเมื่อคุณทราบว่าลูกคุณชื่นชอบเรื่องใดเป็นพิเศษ คุณก็จะสามารถพูดคุยกับเขาถึงที่มาที่ไปของเรื่องราวนั้นๆ ได้ ซึ่งจะช่วยเสริมสร้างทักษะด้านความเข้าใจเรื่องราวให้กับเด็ก
- ประโยคที่ประกอบด้วย 3 คำ เป็นการเสริมสร้างพัฒนาการด้านภาษาที่เหมาะสมกับเด็กวัย 3 ขวบ
- ลูกของคุณจะเริ่มสนใจจับดินสอวาดรูปหรือเขียนตัวอักษร ซึ่งการจับและบังคับทิศทางของดินสอ จำเป็นต้องอาศัยทักษะในเรื่องการควบคุมการเคลื่อนไหว

พัฒนาการด้านการเคลื่อนไหว

- แม้ว่าในขวบปีนี้ ลูกของคุณจะเดินได้แล้ว แต่ก็ยังต้องพัฒนาทักษะการเคลื่อนไหวให้ดียิ่งขึ้น รวมทั้งต้องสร้างความแข็งแรงของร่างกายให้มากยิ่งขึ้น
- ลูกของคุณจะชื่นชอบการวิ่ง การกระโดด การปีนป่าย การผลัก การดึง การทรงตัว และการยกของ เป็นพิเศษ
- สมอของเด็กล้มบ่อยถูกออกแบบมาให้เรียนรู้การทำสิ่งต่างๆ โดยการมองและเลียนแบบผู้อื่น ดังนั้นในช่วงนี้ พวกเขาจะสนุกสนานกับการลอกเลียนแบบ พูดหรือทำท่าทางต่างๆ ตามคนในบ้านหรือคนรอบๆ ตัว
- การเคลื่อนไหวมีส่วนสำคัญยิ่งต่อการเรียนรู้ ดังนั้น อย่าปล่อยให้ลูกนั่งจ่อมอยู่กับเก้าอี้เป็นเวลานานๆ ให้พวกเขาได้มีโอกาสทำกิจกรรมและมีการเคลื่อนไหวอยู่เสมอ เพื่อส่งเสริมพัฒนาการด้านสมอ
- ผลการวิจัยระบุว่า ไม่ควรให้เด็กอายุต่ำกว่าสามขวบ อยู่หน้าจอโทรทัศน์หรือโทรศัพท์เกินวันละ 1 ชั่วโมง

พัฒนาการด้านอารมณ์และสังคม

- การนอนหลับอย่างเพียงพอมีความสำคัญยิ่งต่อพัฒนาการด้านสมอของเด็ก เด็กบางคนอาจเลิกนอนกลางคืนในช่วงนี้ ขณะที่บางคนยังคงนอนกลางคืน ควรจัดให้เด็กได้อยู่ในสภาพแวดล้อมที่เงียบสงบ เพื่อให้พวกเขาได้ทบทวนสิ่งที่เกิดขึ้นในแต่ละวัน และรู้สึกผ่อนคลาย
- ในช่วงนี้ ลูกของคุณพร้อมแล้วที่จะมีประสบการณ์ทางสังคมกับเด็กคนอื่นๆ คราวเดียวกัน ซึ่งจะช่วยให้พวกเขามีโอกาสได้พัฒนาทักษะในการเข้าสังคม
- ช่วงเวลานี้ เป็นเวลาสำคัญที่คุณจะเริ่มสอนเด็กเกี่ยวกับเรื่องอารมณ์ วิธีที่ง่ายที่สุดคือ อยู่เคียงข้างเมื่อพวกเขามีปัญหา อาจใช้คำพูด เช่น หนูกำลังเสียใจใช่ไหม หรือการแสดงออกอย่างอื่น เช่น การโอบกอด ซึ่งจะช่วยให้เด็กรับรู้ว่าคุณเข้าใจและช่วยให้เด็กรู้จักอารมณ์ความรู้สึกแบบต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับตน สิ่งที่สำคัญคือ เด็กจะต้องเข้าใจความรู้สึกของตนเอง และรู้ว่าคุณจะไม่ทิ้งเขาไปไหน แต่จะช่วยปลอบประโลมเมื่อเขามีปัญหา
- เด็กในช่วงวัยนี้ จะเรียนรู้และมีพัฒนาการทางอารมณ์ได้อย่างมาก หากเราสามารถกระตุ้นให้เขาบอกเล่าเรื่องที่กำลังรบกวนจิตใจหรือทำให้เขาไม่สบายใจ โดยอาจจะเริ่มถามว่า หนูเศร้าๆ นะ หนูเสียใจใช่ไหม แล้วก็เริ่มเล่าเรื่องของลูกให้เกิดความสนใจ โดยอาจใส่อารมณ์ ความรู้สึก และอารมณ์ขันลงไป จนทำให้ลูกยอมเล่าเรื่องหรือปัญหาของตนให้ฟัง พวกเขาอาจจะเล่าซ้ำๆ จนคุณอาจรำคาญ แต่อย่าลืมว่าการเล่าเรื่อง หรือการพูดถึงปัญหาจะช่วยให้เด็กเกิดความเข้าใจ ช่วยเยียวยา และสร้างความเป็นหนึ่งเดียวกันระหว่างคุณและลูกน้อย
- นอกจากนี้ คุณอาจสอนให้เด็กได้เรียนรู้ว่า อารมณ์นั้นเป็นสิ่งที่ไม่คงที่ ตอนนี้อาจเศร้าเสียใจ แต่อีกไม่นานมันก็จะหายไป ซึ่งจะเป็นจุดเริ่มต้นของการเรียนรู้ในเรื่องความแตกต่างระหว่าง “อารมณ์” และ “ตัวตน”

ระเบียบวินัย

- เนื่องจากเด็กเล็กยังไม่สามารถสร้างวินัยของตนเองได้ จึงจำเป็นต้องอาศัยการเรียนรู้จากพวกเราว่าสิ่งใดถูกสิ่งใดควร เพื่อกำหนดเป็นพฤติกรรมที่เหมาะสมของตนเอง
- เมื่อต้องการสั่งสอนลูกน้อยเกี่ยวกับเรื่องนี้ อย่าลืมที่จะเป็นฝ่ายเดียวกับเขาก่อนแล้วจึงค่อยๆ สั่งสอนเพื่อปรับพฤติกรรมของเขา ตัวอย่างเช่น เมื่อลูกของคุณไปกั๊ดเด็กคนอื่น คุณควรที่จะแสดงความรักความเข้าใจกับเขาก่อน เช่น ถามว่า เป็นเพราะหนูโกรธใช่ไหม และเมื่อเขาสงบลง ก็เลือกใช้คำสอนสั้นๆ ที่กระชับ และจะช่วยให้เขาได้คิด เช่น “ไปกั๊ดเขา เขาก็เจ็บแยะ ลูกเป็นเด็กดีนี่นา” แล้วจึงเบี่ยงเบนความสนใจ โดยพาเขาออกไปสู่สิ่งอื่น เช่น ไปดูปลาในบ่อกันดีกว่า เป็นต้น

Source: <https://montessori.org.au/my-toddler>

Thank you

- Montessori Australia for allowing Montessori Association for using the content
- Ms. Kachaphat Nimmanonda for help in translation to Thai.