

ลูกเลี้ยงง่าย-เลี้ยงยาก... ใครกำหนด

“บางครั้งพ่อแม่อาจมีคำถามว่า ทำไมลูกน้อยของเราจึงเลี้ยงยากปรับตัวยากเมื่อพบกับคนที่เด็กไม่เคยรู้จักหรือเข้าไปอยู่ในสิ่งแวดล้อมใหม่ๆ หรือแม้แต่เป็นพี่น้องกันผู้เลี้ยงดูคนเดียวกันและอยู่ในสิ่งแวดล้อมเดียวกันทำไมเด็กแต่ละคนจึงเลี้ยงง่าย-เลี้ยงยากต่างกัน”

ความแตกต่างของเด็กแต่ละคนทั้งในการกิน นอน ขับถ่าย ระดับการตอบสนองต่อสิ่งกระตุ้น ระดับของการเคลื่อนไหว การปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมใหม่ๆ หรือการเปลี่ยนแปลงต่างๆ อารมณ์ของลูกน้อยทั้งด้านบวกและด้านลบ ระดับของการตอบสนองทางอารมณ์ จังหวะของร่างกาย การเบี่ยงเบนความสนใจหรือความยากง่ายต่อการปลอบโยน เป็นผลมาจากเด็กมีพื้นฐานทางอารมณ์ที่ไม่เหมือนกัน

ซึ่งพื้นฐานอารมณ์นี้หมายถึงการตอบสนองทางอารมณ์และพฤติกรรมที่มีความแตกต่างกันต่อสถานการณ์ต่างๆ ของเด็กคนนั้น จึงเป็นเหตุผลว่าทำไมเด็กบางคนจึงกินง่าย นอนง่าย ขับถ่ายเป็นเวลา หรือเมื่อพบคนแปลกหน้าหรือสิ่งแวดล้อมใหม่ๆ ที่เด็กยังไม่คุ้นเคย ก็ใช้เวลาไม่นานในการปรับตัว ในขณะที่เดียวกันเด็กบางคนกลับเลือกกินอาหาร หรือกินยาก นอนไม่เป็นเวลา ตื่นบ่อย กลางดึก ขับถ่ายไม่เป็นเวลา หรือต้องใช้เวลาในการปรับตัวนานเมื่อพบคนแปลกหน้าหรือสิ่งแวดล้อมใหม่ และเด็กบางคนอาจมีลักษณะการตอบสนองทางอารมณ์เป็นแบบผสมได้

พื้นฐานอารมณ์นี้เป็นสิ่งที่ติดตัวเด็กมาตั้งแต่เกิดและมีการเลี้ยงดูหรือสภาพแวดล้อมช่วยทำให้การแสดงออกนั้นเหมาะสมขึ้น ซึ่งเด็กแต่ละคนก็จะมีพื้นฐานทางอารมณ์แตกต่างกัน ดังนั้นเมื่อพ่อแม่มีความรู้และความเข้าใจในพื้นฐานอารมณ์ของลูกน้อยจะสามารถเข้าใจการแสดงออกทางพฤติกรรมและอารมณ์ต่างๆ ของลูกน้อยว่า เหตุใดลูกน้อยจึงแสดงออกไปเช่นนั้น ทำให้พ่อแม่สามารถวางแผนที่จะรับมือและตอบสนองลูกน้อยได้อย่างเหมาะสม พ่อแม่ไม่ควรใช้วิธีเลี้ยงดูลูกแบบปกป้อง ตามใจ หรือเข้มงวดกับลูกมากเกินไป แต่ควรยืดหยุ่นมีเหตุผล ตามสถานการณ์ต่างๆ เช่น รู้ว่าเมื่อใดจะสามารถปล่อยให้ลูกน้อยมีอิสระในการเล่น หรือทำกิจกรรมต่างๆ ด้วยตนเอง เมื่อใดควรจะต้องเอาใจหรือฝึกระเบียบวินัยโดยเฉพาะเมื่อเด็กมีการแสดงออกทางพฤติกรรมและอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม อย่างไรก็ตาม พ่อแม่ควรปรับวิธีการเลี้ยงดูและอบรมสั่งสอนให้เหมาะสมอย่างสม่ำเสมอ ทั้งในสถานการณ์ต่างๆ และในครอบครัวที่มีผู้เลี้ยงดูเด็กหลายคน ซึ่งควรมีความสม่ำเสมอและมีทิศทางในการปรับพฤติกรรมหรืออบรมสั่งสอนเด็กไปในแนวทางเดียวกัน เพื่อเป็นรากฐานให้เด็กเรียนรู้ขอบเขตของกฎกติกาที่สำคัญในชีวิตประจำวันต่อไป

ตัวอย่างของการนำความเข้าใจเรื่องพื้นฐานอารมณ์ของลูกน้อยมาปรับใช้ในการเลี้ยงดูลูกน้อย

เช่น เมื่อลูกน้อยร้องไห้โยเยหรือร้องกวน พ่อแม่ควรพยายามหาสาเหตุของการร้องไห้ว่า ลูกน้อยกำลังส่งสัญญาณแสดงความรู้สึกอย่างไร แล้วตอบสนองอย่างเหมาะสมตามสาเหตุที่คาดว่า จะทำให้ลูกน้อยร้องไห้ ถ้าลูกร้องไห้มากหรือมีอาการกรีดร้องในช่วงเย็นและมักพบร่วมกับหน้า แดง คิ้วขมวด กำมือแน่นและขาทั้งสองข้างงอขึ้นมาติดหน้าท้อง อาจเป็นจากการร้องโคลิกได้ ซึ่ง การร้องไห้นี้ไม่ได้เกิดจากโรคทางกาย ปัจจุบันยังไม่ทราบสาเหตุที่แท้จริง ผู้เชี่ยวชาญบางคนให้ ความเห็นว่า อาการร้องโคลิกนี้อาจเป็นอาการแสดงแรกของเด็กที่มีพื้นอารมณ์เป็นเด็กเลี้ยงยากหรือ เป็นพัฒนาการของการร้องไห้ที่มากกว่าปกติซึ่งอาจพบได้ในเด็กปกติทั่วไป และเมื่อติดตามเด็กใน กลุ่มนี้จะสามารถหายเองได้ภายในอายุ 4 เดือน และไม่มีผลเสียในระยะยาว พ่อแม่ควรตอบสนอง โดยการอุ้มปลอบอย่างอ่อนโยน ในบางกรณีลูกน้อยอาจมีอาการร้องกวนอย่างมากจนกลืนหายใจ นิ่งเงียบไป มีอาการเขียวรอบริมฝีปาก แขนขาอ่อนแรงชั่วคราวจากนั้นลูกน้อยจะหายใจเข้าอย่างแรง พร้อมกับร้องเสียงดัง และเริ่มต้นการหายใจใหม่ อาการดังกล่าวจะทำให้พ่อแม่ตกใจมาก ซึ่งพบได้ ตั้งแต่ลูกน้อยอายุประมาณ 2 เดือน ส่วนใหญ่มักพบในช่วงอายุ 1 ปีแรก และหายเป็นปกติได้เมื่อเด็ก โตขึ้น ส่วนใหญ่พบว่าพ่อแม่ของเด็กเหล่านี้มักเลี้ยงดูลูกแบบห่วงใยเกินควรหรือปกป้องมาก เกินไป และกลัวว่าลูกน้อยจะเป็นอันตราย จึงไม่กล้าขัดใจ เพราะกังวลว่าถ้าให้ลูกน้อยร้องไห้แล้ว จะมีอาการเขียวอีก ทำให้พ่อแม่ตามใจอย่างไม่มีการขอบเขต จนอาจทำให้เกิดปัญหาต่างๆ ตามมา เช่น เอาแต่ใจตนเอง มีพฤติกรรมก้าวร้าว ดังนั้นในขณะที่ลูกน้อยเกิดอาการร้องกวนหรือร้องกวนจน เขียวควรจัดให้ลูกน้อยอยู่ในท่าที่ปลอดภัย นอนหงายราบกับพื้น ไม่ปล่อยให้ล้มศีรษะฟาดพื้น หรือ อุ้มไว้เฉยๆ ด้วยท่าที่ที่ไม่ตื่นตระหนกและเป็นไปด้วยความนุ่มนวล