

วัยเตาะแตะ... พัฒนาสู่ความเป็นตัวของตัวเอง

“ธรรมชาติของเด็กวัยเตาะแตะเด็กวัยเตาะแตะหรือวัยก่อนเรียนจะเป็นช่วงที่เด็กเริ่มมีการพัฒนาความเป็นตนเองอย่างมาก” จนทำให้หลายครั้งที่พ่อแม่หรือผู้เลี้ยงดูรู้สึกว่าคุณคือ คน ไม่เชื่อฟังคำสั่ง ชอบทำอะไรด้วยตนเอง ซึ่งยากต่อการรับมือ บางครั้งก็ต้องลงโทษ หรือพ่อแม่ที่ไม่ต้องการขัดใจลูกก็จะตามใจหรือยอมตามเด็ก ทำให้เกิดความขัดแย้งระหว่างเด็กกับผู้เลี้ยงดูหรือระหว่างผู้เลี้ยงดูด้วยกันเอง การพัฒนาความเป็นตัวตนของลูกน้อยเป็นสิ่งที่ดีที่พ่อแม่ควรทำความเข้าใจและส่งเสริมให้ลูกน้อยได้มีโอกาสใช้ความสามารถทางพัฒนาการของตนตามศักยภาพที่มีอยู่ในทิศทางที่ถูกต้องเหมาะสม เพราะจะเป็นการฝึกลูกน้อยให้มีความมั่นใจในตนเองและมีความพยายามที่จะทำสิ่งต่างๆ ได้ด้วยตนเอง ทั้งนี้ควรให้อยู่ในขอบเขตที่สามารถทำได้และเป็นที่ยอมรับในสังคม

การเจริญเติบโตและการพัฒนาการของลูกน้อยวัยเตาะแตะ

เป็นเรื่องปกติถ้าลูกน้อยในวัยนี้จะมีอัตราการเจริญเติบโตลดลงโดยเฉพาะอายุหลังสองปีขึ้นไป เมื่อเปรียบเทียบกับเด็กวัยทารกจนถึงขวบปีแรก โดยน้ำหนักอาจเพิ่มขึ้นเพียง 2-2.5 กิโลกรัมต่อปี ความสูงเพิ่มขึ้นประมาณ 6-8 เซนติเมตรต่อปี และเส้นรอบศีรษะมีความยาวเพิ่มขึ้นเป็น 47 เซนติเมตรเมื่ออายุ 2 ปี ลูกน้อยวัยนี้เมื่อเดิน วิ่ง ปีนป่ายได้ ก็มักจะมีการเคลื่อนไหวไปมา มีการพัฒนาความเป็นตัวตนอย่างมากในการที่จะทำอะไรด้วยตนเอง เช่น เลือกว่าจะกินหรือไม่กิน เลือกที่จะกินอะไร เริ่มหยิบหรือตักอาหารกินเอง และลูกน้อยวัยนี้ยังมีความต้องการในการกินอาหารลดลงด้วย จึงเป็นสาเหตุของแนวโน้มการเจริญเติบโตที่ลดลง ดังนั้นพ่อแม่จึงควรมีความรู้ความเข้าใจในการเจริญเติบโตและการพัฒนาการตามปกติของลูกน้อยวัยนี้อย่างถูกต้อง เพื่อเลี้ยงดูให้ลูกน้อยได้พัฒนาความสามารถของตนเองอย่างมีขอบเขตที่เหมาะสมและมีการเจริญเติบโตอย่างสมวัย

จะดูแลรักษาฟันให้ลูกน้อยได้อย่างไร

ลูกน้อยวัยเตาะแตะยังมีการขึ้นของฟันน้ำนมอย่างต่อเนื่อง จะมีฟันประมาณ 8-16 ซี่เมื่ออายุได้ 18 เดือน และขึ้นจนครบ 20 ซี่เมื่ออายุ 20-30 เดือน ควรเริ่มฝึกให้ลูกน้อยแปรงฟันเองทั้งเช้าและก่อนนอน โดยมีพ่อแม่คอยช่วยเมื่ออายุประมาณ 18 เดือน สร้างบรรยากาศที่สนุกและผ่อนคลายระหว่างแปรงฟัน โดยที่พ่อแม่อาจแปรงฟันไปพร้อมกับลูกน้อยด้วย ค่อยๆ สร้างนิสัยให้ลูกน้อยไม่ดื่มนมหรือกินอาหารอีกหลังแปรงฟัน

พัฒนาการทางภาษาของลูกน้อย เด็กวัยเตาะแตะจะมีการพัฒนาไปอย่างรวดเร็ว เด็กอายุ 18 เดือนจะมีคำศัพท์อย่างน้อย 6-20 คำ สามารถเรียกพ่อแม่และสมาชิกในครอบครัวที่คุ้นเคยได้ สามารถเข้าใจคำสั่งง่ายๆ โดยที่ไม่มีท่าทางประกอบได้ เช่น เมื่อแม่บอกให้ช้อนวิยะต่างๆ เด็กสามารถชี้ได้ถูกต้อง หรือบอกให้เด็กหยิบลูกบอลมาให้แม่ก็สามารถหยิบได้ เมื่อเด็กอายุ 2 ปี มีคำศัพท์อย่างน้อย 50 คำ สามารถพูดเป็นคำสองคำที่มีความหมายแตกต่างกันต่อกันได้ เช่น “แม่ น้ำ” (แม่ขอกินน้ำ) “เปิดดู” (เปิดประตู) เมื่อเด็กอายุ 3 ปี จะสามารถพูดเป็นประโยคที่มีประธาน กริยา กรรม หรือพูดให้คนแปลกหน้าฟังได้เข้าใจประมาณร้อยละ 75 พัฒนาการด้านภาษานี้ต้องอาศัยการสื่อสารอย่างมีปฏิสัมพันธ์กับเด็ก โดยผ่านการพูดคุย เล่นนิทาน อ่านหนังสือ ร้องเพลง คล้องจอก ไปกับลูกด้วย จะทำให้เกิดการพัฒนาได้มากยิ่งขึ้น

มาเล่นกับลูกน้อยกันเถอะ

รากฐานสำคัญของพัฒนาการทางสติปัญญาและสังคม ลูกน้อยจะค่อยๆ มีพัฒนาการเล่นสมมติ เช่น ยกของเล่นขึ้นมาเป็นหูโทรศัพท์แล้วทำทำคุยไปด้วย เขาก่อนไม่มาต่อเป็นรถไฟ พ่อแม่และผู้เลี้ยงดูควรให้เวลาเล่นกับลูกน้อยอย่างเป็นธรรมชาติ มีความหมาย สนุกสนาน และเริ่มจากแรงจูงใจของลูกน้อยเองในการเล่นมากกว่าการเลือกซื้อของเล่นต่างๆ ที่มีราคาแพง ไม่เหมาะสมกับพัฒนาการตามวัยของเด็ก หรือปล่อยให้ลูกเล่นตามลำพังเป็นเวลานานๆ เพราะของใช้หรือสิ่งแวดล้อมใกล้ตัวเด็กสามารถดัดแปลงมาเป็นของเล่นได้ นอกจากนี้การเล่นยังมีส่วนช่วยให้ลูกน้อยมีพัฒนาการด้านสังคม เริ่มเรียนรู้ที่จะเล่นร่วมกับคนอื่น มีความอยากรู้อยากเห็น การสำรวจ ทักษะการแก้ปัญหา พัฒนาการด้านการเคลื่อนไหว และการทำงานประสานกันของกล้ามเนื้อต่างๆ ดีขึ้น

กล้ามเนื้อของลูกน้อย

พัฒนาการด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่และมัดเล็กจะเริ่มทำงานซับซ้อนและสัมพันธ์กันมากขึ้น ดังนั้นพ่อแม่ควรป้องกันอุบัติเหตุที่อาจจะเกิดขึ้นได้ เพราะลูกน้อยเริ่มพัฒนาทักษะด้านการเคลื่อนไหวอย่างรวดเร็วในช่วงวัยนี้ ลูกน้อยวัย 18 เดือนสามารถเดินคล่องขึ้น เริ่มวิ่ง จูงมือขึ้นบันได ต่อก่อนไม้สูงประมาณ 3-4 ก้อน เริ่มเขียนเส้นยุ่งๆ ด้วยสีเทียน เริ่มลากเส้นตามแนวตั้ง เมื่ออายุ 2 ปี ลูกน้อยจะสามารถวิ่งคล่องมากขึ้น เดินขึ้นและลงบันได เตะบอลลูกใหญ่ ต่อก่อนไม้สูงประมาณ 6-7 ก้อน เริ่มเขาก่อน ไม้อย่างน้อย 2 ก้อนมาต่อตามแนวยาวเป็นรถไฟ ลากเส้นตามแนวนอน เมื่ออายุ 3 ปี ลูกน้อยจะสามารถขึ้นบันไดสลับเท้า จักรยานสามล้อ กระโดด ลอกรูปวงกลม ต่อก่อนไม้เป็น

รูปสะพาน 3 ก้อนได้

ความเป็นตัวของตัวเอง... แค่นี้จึงพอ

ลูกน้อยวัยเตาะแตะต้องการความเป็นอิสระและพัฒนาความเป็นตนเองอย่างมากตามพื้นฐานทางอารมณ์ของเด็กแต่ละคน จึงเป็นเรื่องปกติถ้าพ่อแม่จะเห็นลูกทดสอบขอบเขตของการพัฒนาทักษะต่างๆ อยู่เสมอ เช่น ลูกน้อยมักจะไม่นิยมกินอาหารถ้าพ่อแม่ไม่เปิดโอกาสหรือปล่อยให้ลูกกินเองลูกน้อยอาจลงไปนอนร้องคั่นกับพื้นเพราะไม่ได้ของเล่นที่ตนเองต้องการ เนื่องจากลูกน้อยจะพยายามดิ้นรนหรือต่อสู้ทุกวิถีทางเพื่อให้ได้มาซึ่งการตามใจตนเองดังกล่าว ดังนั้นพ่อแม่ควรเข้าใจถึงการพัฒนาความเป็นตัวของตัวเองของเด็กว่าเป็นสิ่งปกติที่พบได้ในวัยนี้ และควรฝึกระเบียบวินัย อบรมสั่งสอนลูกน้อย ให้ค่อยๆ รู้จักการควบคุมอารมณ์ตนเอง สามารถพัฒนาความเป็นตัวของตัวเองได้ตามขอบเขตที่เหมาะสม จนในที่สุดลูกน้อยสามารถพัฒนาทักษะความสามารถในการรอคอยที่จะให้ได้มาซึ่งความพึงพอใจของตน เมื่อไรควรเปิดโอกาสให้ลูกน้อยช่วยเหลือตัวเอง

พ่อแม่ควรฝึกให้ลูกน้อยพัฒนาทักษะการช่วยเหลือตนเองอย่างเหมาะสมตามวัย เช่น เมื่อลูกอายุ 18 เดือน ควรฝึกให้ลูกถอดกางเกง กินอาหารด้วยตนเอง หรือเริ่มฝึกให้ใช้ช้อนตักอาหารเอง ซึ่งจะทำให้ลูกน้อยสามารถพัฒนาทักษะนี้ไปพร้อมกับการพัฒนาความเป็นตัวของตัวเองอย่างเหมาะสมและเป็นรูปธรรม