



บทความ

อยากให้ลูกน่ารักสำหรับทุกคน คุณแม่ ควรปลูกฝังลูกน้อยอย่างไร

ก.ย. 17, 2025

5 นาที

ลูกน้อยวัยเตาะแตะ เป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ทั้งความสามารถด้านสติปัญญา ทักษะในการเข้าสังคม อารมณ์ และการเจริญเติบโตทางร่างกายมีความแข็งแรงทรงตัวได้ดี

คำถามที่พบบ่อย

ทำยังไงดีคะ อยากให้ลูกเป็นเด็กน่ารัก มีคนรักคนเอ็นดู?

คลิก

เป็นความหวังของคุณพ่อคุณแม่ทุกคนเลยคะ! หัวใจสำคัญคือการสอน "ทักษะทางสังคม (SQ)" ให้กับเขา ตั้งแต่เล็กๆ ค่ะ เช่น การสอนให้เขารู้จักรอคอย, การแบ่งปัน, และที่สำคัญคือการเข้าใจความรู้สึกของคนอื่นค่ะ การเป็น "แบบอย่างที่ดี" ให้ลูกเห็นเป็นวิธีที่มีประสิทธิภาพที่สุดเลยคะ หากคุณพ่อคุณแม่กังวลว่าลูกมีปัญหาในการเข้าสังคม ควรปรึกษาคุณหมอดูแลเด็กหรือผู้เชี่ยวชาญด้านพัฒนาการเด็กนะคะ

ลูกวัยเตาะแตะชอบตีเพื่อนเวลาเล่นด้วยกันคะ จะสอนเขายังไงดี?

คลิก

เป็นเรื่องปกติของวัยนี้เลยคะคุณแม่ ไม่ต้องตกใจนะคะ เขายังใช้คำพูดสื่อสารความต้องการของตัวเองได้ไม่ดีเท่าไร การตีหรือผลักจึงเป็นวิธีที่ง่ายที่สุดสำหรับเขาคะ เมื่อเกิดเหตุการณ์ขึ้น ให้คุณแม่รีบเข้าไปจับมือเขาไว้ อย่างนุ่มนวลแต่หนักแน่น แล้วบอกสั้นๆ ว่า "เราไม่ตีเพื่อนนะครับ/คะ" จากนั้นลองช่วยเขาพูดสิ่งที่เขาต้องการออกมา เช่น "หนูอยากเล่นไข่มุมคะ เรามาขอเพื่อนดีๆ กันนะ" หากลูกมีพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรงผิดปกติ ควรปรึกษาคุณหมอดูแลหรือผู้เชี่ยวชาญด้านพฤติกรรมเด็กนะคะ

สอนให้ลูกแบ่งปันยังดีคะ? เขาหวงของเล่นทุกชิ้นเลย

คลิก

วัยนี้เป็นวัยที่เพิ่งเริ่มเรียนรู้คำว่า "ของฉัน" ค่ะ การหวงของจึงเป็นเรื่องธรรมชาติมากๆ ค่ะ การบังคับให้แบ่ง อาจจะทำให้เขารู้สึกต่อต้านค่ะ ลองเริ่มจาก "การผลัดกันเล่น" ก่อนนะคะ เช่น "หนูเล่น 5 นาที แล้วเดี๋ยวให้เพื่อนเล่นบ้างนะ" การทำให้เป็นเหมือนเกมจะช่วยให้เขาร่วมมือมากขึ้นค่ะ และเมื่อเขาเริ่มแบ่งปันได้เอง อย่าลืมชมเชยเขาเยอะๆ เลยนะคะ หากพฤติกรรมหวงของรุนแรงและส่งผลกระทบต่อการใช้สังคม ควรปรึกษาผู้เชี่ยวชาญด้านพฤติกรรมเด็กเพื่อขอคำแนะนำค่ะ



พัฒนาการด้านสังคมและอารมณ์ของวัยนี้จะเริ่มพัฒนาความเป็นตัวของตัวเอง ชอบสำรวจและอยากทำสิ่งต่างๆด้วยตนเอง สามารถแยกแยะชื่อคนอื่นๆได้ สามารถร่วมมือในการทำตามคำสั่งได้มากขึ้นและช่วยงานบ้านได้มากขึ้น เช่น รดน้ำต้นไม้ ชื่อของ ทำความสะอาด ที่สำคัญของทักษะทางสังคมในวัยนี้ คือ มีความสนใจและต้องการมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนและผู้ใหญ่รอบตัวมากขึ้น เรียนรู้ในการจัดการอย่างเหมาะสมในแต่ละสถานการณ์อย่างง่ายๆ ใช้ภาษาพูดสื่อสารได้มากขึ้นรวมถึงการบอกอารมณ์ของคนอื่นได้ด้วยการพูดออกมา เช่น “แม่โกรธ” และใช้ภาษากายในการแสดงความคิดเห็นนอกเหนือจากคำพูด โดยการกอดและตบหลังเบาๆ

การสอนทักษะทางสังคมที่เหมาะสมในลูกน้อยวัยเตาะแตะนี้ไม่ง่ายเลยนะค่ะ เพราะว่าถึงลูกอยากมีปฏิสัมพันธ์กับเด็กคนอื่นๆ และชอบเล่นสนุก แต่ก็ยังไม่สามารถเข้าใจสิ่งต่างๆทางสังคมได้อย่างเต็มที่ ดีความเอาเองตามประสาเด็ก เช่น “ของของหนู หนูก็หวงได้สิ ใช่ไหม?” “แย่งขึ้นรถก่อนเด็กคนอื่นโดยไม่ว่าง?” “ถ้าผลัดคนอื่นออก เจ้าก็จะได้ออกไปนี่ ไม่ใช่หรือ?” เอาหล่ะสิจะสอนกันอย่างไรดีเอ่ย

การสอนทักษะทางสังคมที่เหมาะสมให้ลูกวัยเตาะแตะ เป็นสิ่งสำคัญ ในการช่วยพัฒนาความฉลาดทางสังคม หรือ SQ วัยนี้การช่วยเหลือให้ลูกได้เรียนรู้ทักษะทางสังคม อันดับแรกคือการสอนวิธีการจัดการกับอารมณ์ให้ลูก โดยเฉพาะอย่างยิ่งการจัดการอารมณ์ด้านลบของตัวเอง ซึ่งเป็นพื้นฐานสำคัญในการสร้างความสัมพันธ์กับคนอื่น อันดับถัดมา คือการช่วยพัฒนาความสามารถของลูกในการเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น และอันดับสุดท้าย คือ ช่วยให้ลูกได้เรียนรู้ในการแสดงออกเมื่อต้องการอะไร ทั้งการพูดหรือการใช้ท่าทางบอก รวมถึงการแสดงความรู้สึกออกมาโดยไม่ต้องใช้ความก้าวร้าวรุนแรง

ทักษะทั้งหมดที่กล่าวมา มีผลอย่างมากที่ทำให้ลูกน้อยของคุณพ่อคุณแม่ มีความสุขในชีวิตมากกว่ามีความเก่งแต่เพียงเรื่องการเรียน หรือเรื่องการประสบความสำเร็จด้านการศึกษาหรือการเงิน ต่อไปเราจะมาดูกันค่ะว่าคุณแม่คุณพ่อจะช่วยพัฒนาความฉลาดทางสังคม SQ ให้ลูกน้อยวัยเตาะแตะกันอย่างไร

สิ่งที่เราจะทำคือให้ลูกได้พัฒนาความคิดและการมองสิ่งต่างๆจากมุมมองของตนเอง การเอาแต่ใจตัวเอง ให้เปลี่ยนเป็นการยอมรับผู้อื่นได้มากขึ้น ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญในการปรับตัวเข้ากับผู้อื่น และทำให้เป็นเด็กที่มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีต่อไป

เปิดโอกาสให้เล่นกับเด็กอื่น

เปิดโอกาสให้เล่นกับเด็กคนอื่นและอยู่ใกล้ลูกขณะลูกเล่นกับเด็กอื่น เนื่องจากเป็นช่วงที่ลูกน้อยเพิ่งเริ่มมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมกับคนอื่น คุณแม่คุณพ่อผู้เลี้ยงดูควรอยู่ใกล้ๆ ขณะลูกเล่นอยู่ที่สนามเด็กเล่น หรือเล่นกับเด็กคนอื่น ซึ่งเด็กหลายคนในวัยนี้อาจติดเด็กอื่นขณะที่เล่นกัน เพราะถ้าไม่รู้จะทำอย่างไร เช่น เมื่อถูกแย่งของ หรือเมื่อรู้สึกไม่ดี ถ้าคุณแม่คุณพ่ออยู่ใกล้ๆ ขณะนั้นจะช่วยสอนให้ลูกใช้คำพูดบอกสิ่งที่ต้องการ เช่น หนุบบอก “ลูกบอล” หรือ “ขอบอล” สิ ลูกไม่ต้องตีกัน อีกประการหนึ่งถ้าคุณแม่คุณพ่ออยู่ด้วยลูกวัยนี้ก็จะรู้สึกปลอดภัย เมื่อรู้สึกปลอดภัยก็ไม่ต้องตีหรือทำร้ายคนอื่น และเรียนรู้เข้าใจในการบอกสิ่งที่ต้องการโดยใช้คำพูดหรือท่าทาง



เข้าใจและใส่ใจความรู้สึกลูกน้อยวัยนี้ให้มาก

เด็กที่ได้รับความเอาใจใส่ในสิ่งที่เค้ารู้สึกจากคุณแม่คุณพ่อมากๆ จะมีการพัฒนาความเข้าใจความรู้สึกของคนอื่นเช่นกัน ซึ่งเป็นสิ่งที่สำคัญที่สุดของ ความสำเร็จในการพัฒนาความสัมพันธ์กับผู้อื่น

สอนให้แบ่งปันของให้คนอื่น แต่ไม่บังคับ

วัยนี้ลูกยังมีความรู้สึกหวงของอยู่มาก ลูกน้อยของเราต้องรู้สึกแน่ใจและปลอดภัยในความสัมพันธ์ก่อน แล้วจึงจะแบ่งปันได้ ทักษะ “การแบ่งปัน” เป็นทักษะที่มาช้าที่สุดนะคะคุณแม่คุณพ่อ ช่วงแรกๆคุณแม่คุณพ่ออาจเริ่มสอนจากเทคนิค “การผลัดกันเล่น” ก่อน เช่น น้องฟ้าคะส่งบอล ให้น้องภามหน้อยคะลูก เอ้า รอดเดี่ยวรอเพื่อนส่งกลับให้คะลูก การผลัดกันเล่นรอคอยที่ละนิดไม่นานมาก เป็นจุดเริ่มต้นในการแบ่งปันคะ



“แชร์” แล้ว “ชม” หนูหน่อย

เมื่อลูกน้อยของเราเริ่มแบ่งปันเป็น อย่าทำเป็นเรื่องธรรมดาณะคะ วัยนี้ต้องทำให้ลูกเห็นว่าสิ่งที่ลูกทำ นั้นเป็นสิ่งที่ดี เช่น ชมเชย บอกถึงข้อดีของการแบ่งปันว่าดียังไง คนอื่นได้มีความสุขด้วยเพราะหนู และหนูเป็นเด็กดีอย่างไร ไม่ต้องพูดยาวนานนะคะ สั้นๆให้ลูกน้อยเข้าใจง่าย ๆ จึงจะได้ผลคะ

ไม่ยอมให้เกิดพฤติกรรมก้าวร้าวไม่เหมาะสม และเปลี่ยนเป็นพฤติกรรมที่เหมาะสมได้

ถ้าลูกมีพฤติกรรมก้าวร้าว ควรหยุดพฤติกรรมนั้นๆทันที โดยใช้ความจริงจัง สม่่าเสมอ และไม่ใช้ความรุนแรงตอบโต้กลับไปกับลูก (รายละเอียดมีในตอนต่อไปนะคะ เรื่องนี้ยาวคะ)



กิจกรรมอ่านหนังสือวัยเตาะแตะ

อ่านหนังสือให้ลูกฟังเมื่อลูกพร้อม หนังสือที่เหมาะสมกับวัยนี้เป็นหนังสือที่มีลักษณะเป็นกระดาษแข็งที่ค่อนข้างหนา ตัวหนังสือไม่มากนัก มีรูปภาพต่างๆที่น่าสนใจ คุณแม่คุณพ่ออ่านออกเสียงอย่างสนุกสนานให้ลูกมีส่วนร่วมในการเล็งดู ชี จีบ หนังสือ ถามคำถามง่ายๆจากในหนังสือให้ลูกตอบ ลูกน้อยวัยนี้มีช่วงความสนใจได้นานขึ้น อาจถึง 15-20 นาที เชียวค่ะ

รับรู้และบอกความรู้สึกของลูกให้ลูกฟัง

คุณแม่คุณพ่อเมื่อรับรู้ความรู้สึกของลูกน้อยไม่ว่าจะในด้านบวก เช่น ดีใจ ตื่นเต้น สนุกมาก หรือด้านลบ เช่น เสียใจ โกรธ กลัว ไม่พอใจหรือกังวล นอกจากจะรับรู้แล้วควรบอกให้ลูกฟังด้วยว่าเราเข้าใจความรู้สึกหรืออารมณ์ขณะนั้นของลูก เพื่อให้ลูกรู้ว่าเราเข้าใจเค้า และควรบอกว่าความรู้สึกหรืออารมณ์ขณะนั้นของลูกเรียกว่าอะไร เช่น เมื่อลูกร้องไห้ บอกว่าคุณแม่เข้าใจว่าคุณเสียใจ หงุดหงิดให้เพราะหงุดหงิดใจใช่ไหมลูก เป็นต้น ต่อไปเมื่อลูกเกิดอารมณ์เช่นเดียวกันนี้อีก เค้าก็สามารถแสดงอารมณ์ผ่านให้เราทราบได้ด้วยคำพูด หรือท่าทางที่เหมาะสมได้ นอกจากนั้นควรค่อยๆเริ่มสอนให้ลูกเข้าใจอารมณ์ของผู้อื่นเช่นของคุณแม่คุณพ่อ หรือคนอื่น สอดแทรกไปในการใช้ชีวิตประจำวันร่วมกันของเราและลูกน้อยด้วยนะคะ

อ้างอิง

1. A framework for improving children's mental health and wellbeing. Kids Matter Early Childhood . 2016 Dec 10 ; Available from: URL: <https://www.kidsmatter.edu.au/early-childhood/kidsmatter-early-childhood...>
2. ตำราพัฒนาการและพฤติกรรมเด็ก. ชมรมพัฒนาการและพฤติกรรมเด็กแห่งประเทศไทย. ทิพวรรณ ทรราชคุณาชัย, รวีวรรณ รุ่งไพรวลัย, สุรีย์ลักษณ์ สุจริตพงศ์, วีระศักดิ์ ชลไชยะ ,บรรณาธิการ. กรุงเทพฯ:บียอนด์ เอ็นเตอร์ไพรส์ จำกัด ; 2556.
3. Guideline in child health supervision. ราชวิทยาลัยกุมารแพทย์แห่งประเทศไทย สมาคมกุมารแพทย์แห่งประเทศไทย. พงษ์ศักดิ์ น้อยพยัคฆ์, วินัดดา ปิยะศิลป์, วันดี นิงสานนท์, ประสพศรี อึ้งถาวร ,บรรณาธิการ. กรุงเทพฯ

๗:สรรพสาร จำกั้ด; 2557.

แฉ้ร้ตอสนี้