

รวมเคล็ดลับการเลี้ยงทารกแรกเกิด - 1 ปี
บทความ

ทารกหัวเราะได้ตอนกี่เดือน คุณแม่ ช่วยกระตุ้นให้ทารกยิ้มได้ไหม

ก.พ. 27, 2025

5 นาที

ทารกในช่วงอายุ 2-4 เดือน จะเริ่มมีพัฒนาการด้านสังคมและอารมณ์ที่สำคัญ หนึ่งในพัฒนาการที่เห็นได้ชัดเจน คือ การยิ้มและหัวเราะ ซึ่งเป็นการตอบสนองที่เกิดจากความพึงพอใจหรือการมีปฏิสัมพันธ์กับคนรอบข้าง คุณพ่อคุณแม่สามารถช่วยให้ทารกยิ้มและหัวเราะได้ผ่านการกระตุ้นต่างๆ เช่น การกระตุ้นโดยการพูดคุยกับลูก การกระตุ้นโดยการสัมผัส หรือการกระตุ้นด้วยของเล่น เป็นต้น

คำถามที่พบบ่อย

ลูก 4 เดือนแล้วยังไม่หัวเราะเสียงดังเลยคะ เห็นลูกคนอื่นหัวเราะแล้ว แบบนี้เข้าไปไหมคะ?

คลิก

คุณแม่ไม่ต้องกังวลไปนะคะ พัฒนาการของเด็กแต่ละคนมีจังหวะเป็นของตัวเองค่ะ การที่น้องยิ้มโต้ตอบได้ถือเป็นสัญญาณที่ดีมากแล้ว เสียงหัวเราะมักจะตามมาหลังจากนั้นไม่นานค่ะ เด็กบางคนอาจจะเริ่มหัวเราะเอิกอ้ากตอน 4 เดือน ในขณะที่บางคนอาจจะรอจนถึง 5 หรือเกือบ 6 เดือน การส่งเสียงอ้อแอ้และยิ้มแย้มก็ถือเป็นการแสดงความสุขของเขาเช่นกัน อย่างไรก็ตาม หากน้องอายุครบ 6 เดือนแล้วยังไม่แสดงออกถึงการยิ้มโต้ตอบ หรือดูไม่สนใจการเล่นใดๆ เลย การปรึกษาแพทย์ผู้เชี่ยวชาญเพื่อประเมินพัฒนาการอย่างละเอียดถือเป็นเรื่องสำคัญค่ะ

พยายามเล่นจ๊ะจี้ ทำเสียงตลกๆ แล้ว แต่ลูกแค่มิ้มๆ ไม่ยอมหัวเราะเลยคะ เราทำอะไรผิดหรือเปล่า?

คลิก

คุณแม่ไม่ได้ทำอะไรผิดเลยคะ! เข้าใจเลยว่าเราอยากเห็นรอยยิ้มและเสียงหัวเราะของเขาแค่ไหน เด็กแต่ละคนมี "ปุ่มหัวเราะ" ที่ไม่เหมือนกันค่ะ บางคนอาจจะชอบเสียงแปลกๆ บางคนชอบการเล่นจ๊ะเอ๋ หรือบางคนอาจจะชอบแค่เวลาเราทำหน้าตลกๆ การที่เขา "มิ้ม" ตอบสนองก็ถือว่าการสื่อสารที่ยอดเยี่ยมแล้วค่ะ ลอง

สังเกตและทดลองไปเรื่อยๆ เดี่ยวก็จะเจอวิธีที่ถูกใจเขาเอง แต่หากคุณแม่รู้สึกว่ำน้องดูเฉยเมยต่อการกระตุ้นทุกรูปแบบ, ไม่มีการตอบสนองทางอารมณ์ใดๆ เลย การปรึกษาแพทย์เพื่อตรวจดูพัฒนาการด้านสังคมและอารมณ์ก็เป็นสิ่งที่ควรทำค่ะ

ลูกหัวเราะบ้างเป็นบางครั้งค่ะ แต่ไม่ได้หัวเราะทุกครั้งที่เราเล่นด้วยแบบนี้ปกติไหมคะ?

คลิก

เป็นเรื่องปกติมากเลยคะ! เหมือนกับผู้ใหญ่เราที่ไม่ได้รู้สึกตลกกับมุกเดิมๆ ทุกครั้ง ทารกก็เช่นกันค่ะ อารมณ์ของเขาก็มีขึ้นมีลง บางครั้งเขาอาจจะกำลังเหนื่อย ง่วง หรือหิวเกินกว่าจะรู้สึกสนุกไปกับเราได้ สิ่งสำคัญคือการที่เขา "สามารถ" หัวเราะและมีปฏิสัมพันธ์กับเราได้ ถือเป็นสัญญาณของพัฒนาการที่ดีแล้วค่ะ แต่ถ้าหากน้องเคยหัวเราะเก่งแล้วจู่ๆ ก็เงียบไป ไม่ยิ้ม ไม่ตอบสนองเหมือนเคย และดูซึมลงอย่างชัดเจน การพาน้องไปพบคุณหมอเพื่อตรวจดูว่ามีสาเหตุอื่น เช่น ความไม่สบายตัว แอบแผลงอยู่หรือไม่ คือสิ่งที่ควรทำค่ะ

สรุป

- พัฒนาการของเด็กทารกตั้งแต่แรกเกิดถึง 1 ปีแรกถือเป็นช่วงเวลาที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ซึ่งเด็กจะมีพัฒนาการและทักษะในด้านต่าง ๆ โดยเฉพาะด้านภาษาและการสื่อสาร และทารกจะเริ่มหัวเราะในช่วงอายุ 2-4 เดือนขึ้นไป
- การยิ้มและหัวเราะถือเป็นพัฒนาการสำคัญในด้านสังคมและอารมณ์ของทารก ซึ่งเมื่อถึงวัย 6 เดือน ทารกส่วนใหญ่มักเริ่มแสดงปฏิกิริยาทางสังคม เช่น ยิ้มตอบ หัวเราะเมื่อรู้สึกสนุก และได้ตอบกับคุณรอบข้างได้อย่างชัดเจน
- การที่ทารกไม่ยิ้ม ไม่หัวเราะ และไม่มีปฏิกิริยาตอบสนองใด ๆ ต่อสิ่งเร้า อาจเป็นสัญญาณที่บ่งบอกว่าทารกมีพัฒนาการด้านสังคมและอารมณ์ล่าช้ากว่าปกติ คุณพ่อคุณแม่ควรปรึกษาแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ

เลือกอ่านตามหัวข้อ

- ทารกหัวเราะได้ตอนกี่เดือน
- ทำไมทารกถึงหัวเราะ หรือยิ้มออกมา
- ทารกยิ้มตอนหลับเป็นเพราะอะไร
- ทารกไม่หัวเราะผิดปกติไหม แบบไหนต้องพบแพทย์
- วิธีกระตุ้นให้ทารกยิ้มและหัวเราะ

ทารกหัวเราะได้ตอนกี่เดือน

คุณพ่อคุณแม่คงอยากจะทราบว่าลูกจะเริ่มยิ้มและหัวเราะได้เมื่อไหร่ พัฒนาการในด้านการสื่อสารของเด็กทารกตามช่วงวัยต่าง ๆ จะสามารถแบ่งได้ดังต่อไปนี้

- **แรกเกิด-1 เดือน** เป็นช่วงเวลาที่เริ่มมีพัฒนาการในด้านการสื่อสาร โดยทารกในช่วงนี้ยังมีความสามารถจำกัด แต่ก็เริ่มต้นพัฒนาทักษะที่จำเป็นต่อการเรียนรู้ในอนาคต เช่น การมองเห็นของทารก การสบตาสุนัข ญ และการติดตามการเคลื่อนไหวในระยะที่จำกัด
- **1-2 เดือน** ในช่วงวัยนี้เริ่มพัฒนาทักษะสำคัญที่แสดงให้เห็นถึงการเติบโตและการเรียนรู้ที่ต่อเนื่อง ทารกเริ่มมีการเปล่งเสียงอ้อแอ้และยืม มีการแสดงออกทางอารมณ์มากขึ้น
- **2-3 เดือน** พัฒนาการของทารกในวัยนี้ เริ่มมองตามสิ่งของที่ผ่านไปมา สามารถมองหน้าคุณพ่อคุณแม่ขณะพูดคุยด้วยได้ และเริ่มส่งเสียงในลำคออย่างชัดเจน รวมถึงสามารถยืมตอบได้
- **3-4 เดือน** เมื่อทารกเข้าสู่วัยนี้ จะสามารถมองตามสิ่งของที่เคลื่อนที่ไปมาเป็นมุม 180 องศา หันตามเสียงได้อย่างรวดเร็วขึ้น จะสามารถแสดงความรู้สึกด้วยการส่งเสียงสูงต่ำได้ และแสดงสีหน้ายิ้มแย้มเมื่อพบคนที่คุ้นเคย

ทำไมทารกถึงหัวเราะ หรือยิ้มออกมา

โดยธรรมชาติเมื่อทารกมีอายุได้ 2-4 เดือน ทารกจะมีการยิ้มโต้ตอบหรือหัวเราะ เมื่อทารกได้เห็นและได้ยินสิ่งต่าง ๆ รอบตัว เช่นการมองเห็นของเล่นหรือวัตถุต่าง ๆ มองเห็นท่าทางต่าง ๆ ของคุณพ่อคุณแม่ ได้ยินเสียงที่มาจากของเล่น หรือได้ยินเสียงจากการพูดคุยของคุณพ่อคุณแม่ ซึ่งถือเป็นพัฒนาการด้านสังคมและอารมณ์ที่สำคัญต่อการเจริญเติบโตของทารก

ทารกยิ้มตอนหลับเป็นเพราะอะไร

การยิ้มของทารกขณะนอนหลับนั้น ยังไม่สามารถยืนยันได้ว่าเกิดขึ้นจากเหตุผลใด ทั้งนี้การยิ้มขณะนอนหลับอาจแตกต่างกันไปตามช่วงวัยของทารกและระยะของการนอนหลับ ดังนี้

- ส่วนใหญ่รอยยิ้มของทารกในขณะหลับจะเกิดขึ้นในช่วงการหลับที่ดวงตาเคลื่อนไหวรวดเร็วได้เปลือกตาและมีการทำงานของสมองของทารกที่เกี่ยวข้องกับการฝัน (REM sleep)
- การที่ทารกยิ้มขณะนอนหลับนี้ ช่วยพัฒนากล้ามเนื้อที่ใช้ในการยิ้ม และเตรียมความพร้อมสำหรับการแสดงอารมณ์อย่างเต็มที่เมื่อทารกโตขึ้น
- การยิ้มของทารกในขณะหลับอาจมีความหมายแตกต่างกันในแต่ละช่วงวัย โดยทารกแรกเกิด การยิ้มมักเป็นปฏิกิริยาอัตโนมัติที่ช่วยพัฒนากล้ามเนื้อ ในขณะที่เมื่อเด็กโตขึ้น การยิ้มอาจเกิดจากการตอบสนองต่อความฝันหรือสิ่งเร้าที่เกี่ยวข้องกับอารมณ์เชิงบวกเป็นหลัก

ทารกไม่หัวเราะผิดปกติไหม แบบไหนต้องพบแพทย์

การยิ้มและหัวเราะถือเป็นพัฒนาการสำคัญในด้านสังคมและอารมณ์ของทารก ซึ่งเมื่อถึงวัย 6 เดือน ทารกส่วนใหญ่มักเริ่มแสดงปฏิกิริยาทางสังคม เช่น ยืมตอบ หัวเราะเมื่อรู้สึกสนุก หรือโต้ตอบกับคนรอบข้างอย่างชัดเจน หากคุณพ่อคุณแม่สังเกตว่าทารกไม่ยิ้ม ไม่หัวเราะ และไม่มี

ปฏิกริยาตอบสนองใด ๆ ต่อสิ่งเร้า เช่น การพูดคุยหรือการเล่น อาจเป็นสัญญาณที่บ่งบอกว่าทารกมีพัฒนาการด้านสังคมและอารมณ์ล่าช้ากว่าปกติ โดยสาเหตุของเด็กพัฒนาการล่าช้า อาจเกิดจากหลายปัจจัย เช่น ความผิดปกติทางระบบประสาท ปัญหาการมองเห็นหรือการได้ยิน หรือสาเหตุทางพันธุกรรม คุณพ่อคุณแม่ควรปรึกษาแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ เพื่อทำการประเมินพัฒนาการอย่างครบถ้วน และเพื่อระบุสาเหตุและช่วยวางแผนการรักษาที่เหมาะสมต่อไป



วิธีกระตุ้นให้ทารกยิ้มและหัวเราะ

คุณพ่อคุณแม่สามารถช่วยกระตุ้นหรือเสริมพัฒนาการด้านอารมณ์แก่ทารก เพื่อให้ทารกมีการยิ้มและหัวเราะได้ตอบ ซึ่งวิธีการกระตุ้นให้ทารกยิ้มและหัวเราะ มีดังต่อไปนี้

1. **การกระตุ้นโดยการพูดคุยกับลูก** ให้คุณพ่อคุณแม่ใช้เสียงอ่อนโยนและชัดเจน เพื่อกระตุ้นให้ทารกพยายามเลียนเสียงและโต้ตอบกลับ
2. **การกระตุ้นโดยการสัมผัส** ให้คุณพ่อคุณแม่ลูบไล้มือ แขน หรือเท้าของลูกเบา ๆ เพื่อสร้างความคุ้นเคยและกระตุ้นประสาทสัมผัสของทารก
3. **การกระตุ้นด้วยของเล่น** คุณพ่อคุณแม่หาของเล่นที่มีสีสันสดใส มีเสียง และมีการเคลื่อนไหวย้ายของเล่น เพื่อฝึกให้ทารกมองตามและกระตุ้นการได้ยินเสียงและดึงดูดความสนใจ



การยิ้มและหัวเราะของทารก ถือเป็นพัฒนาการสำคัญในด้านสังคมและพัฒนาการด้านอารมณ์แต่ละช่วงวัย ของทารก คุณพ่อคุณแม่ควรหมั่นสังเกตพฤติกรรมของทารกว่ามีพัฒนาการเป็นไปตามเกณฑ์ทั่วไปหรือไม่ หากพบว่าเมื่อทารกอายุถึงเกณฑ์แล้ว แต่ทารกยังไม่ยิ้มและหัวเราะ ซึ่งเป็นสัญญาณที่บ่งบอกว่าทารกมีปัญหาพัฒนาการช้ากว่าปกติ คุณพ่อคุณแม่ควรปรึกษาแพทย์ผู้เชี่ยวชาญเพื่อทำการรักษาอย่างถูกต้องต่อไป

นอกจากนี้ พัฒนาการด้านสังคมและอารมณ์ ยังมีความเชื่อมโยงกับโภชนาการที่ได้รับในแต่ละวัน โดยเฉพาะจากน่านมแม่ ซึ่งอุดมด้วยสารอาหารกว่า 200 ชนิด และมีสารอาหารสำคัญสำหรับสมองอย่าง แอลฟาแล็ค สฟิงโกไมอีลิน (Alphalac Sphingomyelin) ที่มีส่วนช่วยในการสร้างปลอกไมอีลินและพัฒนาระบบประสาท ทำให้การส่งสัญญาณประสาทมีประสิทธิภาพ ช่วยให้ลูกน้อยสมองไว เรียนรู้ได้เร็วขึ้น นมแม่จึงไม่ได้เป็นแค่อาหารมื้อแรกของลูก แต่ยังเป็นจุดเริ่มต้นของสายใยรักที่ช่วยเติมเต็มทั้งพัฒนาการสมอง และหล่อหลอมความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) ตั้งแต่ช่วงปีแรกของชีวิต

บทความแนะนำสำหรับคุณแม่มือใหม่

- โปรแกรม Baby Development เช็คพัฒนาการลูกน้อยแต่ละช่วงวัย
- วัยทอง 1 ขวบ ลูกเริ่มถือ รับมือวัยทองเด็ก 1 ขวบ ยังไงดี
- วัยทอง 2 ขวบ ลูกดิ้นมาก รับมือวัยทองเด็ก 2 ขวบ ยังไงดี
- วัยทอง 3 ขวบ ลูกกรีดเอาแต่ใจ รับมือวัยทองเด็ก 3 ขวบ ยังไงดี

- 10 ของเล่นฝึกสมาธิเด็ก เสริมไอคิว พร้อมฝึกสมาธิลูกน้อย
- ลูกพูดติดอ่าง ลูกพูดไม่ชัด เกิดจากอะไร พร้อมวิธีแก้ไขลูกพูดติดอ่าง
- อาการออทิสติกเทียม ลูกไม่สบตาเรียกไม่หัน เสียงออทิสติกหรือเปล่า
- เด็กติดโทรทัศน์ ลูกติดจอก่อนวัยแก้ยังไงดี พร้อมวิธีรับมือ
- เด็กสมาธิสั้น ลูกอยู่ไม่นิ่ง พร้อมวิธีรับมือที่พ่อแม่ควรรู้
- เด็กพัฒนาการเร็ว ลูกฉลาดเกินวัย มีสัญญาณอะไรบ้าง
- เด็กพัฒนาการช้าเป็นยังไง พร้อมวิธีสังเกตเมื่อเด็กมีพัฒนาการล่าช้า
- เด็กเรียนรู้ช้า ไอคิวต่ำ มีลักษณะอย่างไร พร้อมวิธีกระตุ้นพัฒนาการลูก

อ้างอิง:

1. พัฒนาการเด็กทารก (แรกเกิด-1 ปี) ดูแลอย่างไรให้เหมาะสมกับวัย?, โรงพยาบาลกรุงเทพ
2. เช็คพัฒนาการเจ้าตัวน้อยวัยแรกเกิด, โรงพยาบาลนนทเวช
3. Why Do Babies Smile in Their Sleep?, Dr. Nilong Vyas, Pediatrician
4. ลูกมีพัฒนาการช้าหรือไม่? พ่อแม่สังเกตได้จากสัญญาณเหล่านี้, โรงพยาบาลพญาไท
5. วิธีเสริมพัฒนาการเด็กแรกเกิด - 1 ปี ที่พ่อแม่ต้องรู้, โรงพยาบาลพรินทร์ สุวรรณภูมิ
6. สมุดบันทึกสุขภาพแม่และเด็ก ฉบับภาษาไทย ปี 2567, สำนักงานส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย

อ้างอิง ณ วันที่ 18 พฤศจิกายน 2567

แชร์ตอนนี้