

## “เล่น” กระตุ้นพัฒนาการลูกน้อย

เด็กก่อนวัยเรียนอยู่ในช่วงแห่งการเรียนรู้ ว่าร่างกายของตนทำอะไรได้บ้าง และจัดการระบายพลังงานที่มีอย่างล้นเหลือออกไป ด้วยการวิ่ง กระโดด ปีนป่าย และสำรวจสิ่งรอบตัว ทดลองทำสิ่งต่างๆ เพื่อคุปฏิกิริยา ด้วยความอยากรู้อยากเห็น เรียกได้ว่าการเล่นเป็นกิจกรรมที่วัยเตาะแตะโปรดปราน และสามารถกระตุ้นพัฒนาการลูกได้อย่างดีที่สุดในที่สุด

### กระตุ้นพัฒนาการลูกได้อย่างไร

**ด้านร่างกาย** เมื่อลูกได้เล่นปีนดินน้ำมัน วาดภาพระบายสี เราอาจจะยังไม่คาดหวังว่าวัยเตาะแตะจะสามารถสร้างชิ้นงานเป็นเรื่องเป็นราว เพียงแค่ลูกได้กำมือจับดินสอสี ขยับนิ้วละเลง ระบายสีภาพ ขยำนวดปั้นแป้งโด ปีนดินน้ำมัน ฉีกกระดาษตัดแปะ พับกระดาษ ลูกก็จะได้ฝึกการใช้กล้ามเนื้อมือ ทำงานประสานสายตา ระหว่างการเล่นแล้ว และลูกยังสามารถพัฒนากล้ามเนื้อมัดใหญ่ ได้ด้วยการเล่นกลางแจ้ง วิ่งเล่น กระโดดโลดเต้น ปีนป่ายสนามเด็กเล่น การวิ่ง การหัดถีบจักรยาน เสริมสร้างความแข็งแรงของร่างกาย ก่อนวัยเตาะแตะจะเข้าอนุบาล เด็กที่ไม่ได้เล่นกลางแจ้งเป็นประจำ จะงุ่มง่าม เชื่องช้า เมื่อไปเข้ากลุ่มเพื่อนจะไม่กระฉับกระเฉง งุ่มง่าม ถูกชนล้มบ้าง เล่นไม่ทันเพื่อน ซึ่งจะส่งผลให้ลูกรู้สึกไม่ดีกับการเล่นกับเพื่อน ทำให้เป็นจุดเริ่มต้นของปัญหาบางอย่าง เช่น ไม่ชอบเล่นกับเพื่อน ไม่อยากไปโรงเรียน จึงควรส่งเสริมให้ลูกได้เล่นกลางแจ้งเป็นประจำ

**ด้านอารมณ์** ของเล่นหลายประเภท ช่วยตอบสนองพัฒนาการด้านอารมณ์ให้วัยเตาะแตะได้ดี เช่น ในกรณีที่จำเป็นจะต้องห่างจากพ่อแม่ หรือคนใกล้ชิดชั่วคราว ลูกจะรู้สึกไม่มั่นคงทางจิตใจ การได้อุ้ม ได้กอดตุ๊กตาตัวโปรด จะช่วยให้เขารู้สึกอบอุ่น ปลอดภัย เป็นการสร้างความมั่นคงทางอารมณ์ได้ในระดับหนึ่ง

**ด้านสังคม** ธรรมชาติของเด็กวัยเตาะแตะ จะยึดตนเองเป็นศูนย์กลาง คุณพ่อคุณแม่ ของเล่น และทุกสิ่งทุกอย่างบนโลกนี้จะต้องเป็นของเขา ดังนั้นเมื่อไปเล่นกับเพื่อน มีของเล่นเพียงชิ้นเดียว จึงอาจเกิดปัญหา แย่งของเล่นกัน บางครอบครัวใช้วิธีซื้อของเล่นมาหลายๆ ชิ้น เพื่อแก้ปัญหา แต่เป็นการแก้ปัญหาที่ปลายเหตุ

สถานการณ์นี้ถือเป็นโอกาสอันดี ที่จะได้สอนให้ลูกรู้จักการรอคอย และการแบ่งปัน หากลูกอยากเล่นชิ้นนี้ แต่น้องหรือเพื่อนกำลังเล่นอยู่ คุณแม่อาจใช้คำพูดที่นุ่มนวล บอกให้เขารอก่อน ในขณะที่เดียวกัน ก็ต้องเอาของเล่นชิ้นอื่นมาเบี่ยงเบนความสนใจ เมื่อรอคอยได้ หรือรู้จักแบ่งปัน คุณแม่ต้องรีบชม แล้วลูกจะเกิดความภาคภูมิใจ และอยากแบ่งปันอีก อย่าเพิ่งคาดหวังว่าวัยเตาะแตะจะทำได้ตลอด บางครั้งลูกทำเพราะอยากได้รับคำชม และการยึดตัวเองเป็นศูนย์กลางก็จะกลับมาอีก ต้องหมั่นชมบ่อยๆ เมื่อลูกโตขึ้น มีวุฒิภาวะมากกว่านี้ เขาก็จะทำได้เอง

การให้ลูกได้มีโอกาสได้เล่นกับคนอื่นบ้าง จะทำให้เขารู้จักการรอคอย มีกติกาดูแลของเล่นของตัวเอง เรียนรู้เรื่องการแบ่งปัน และการปรับตัวเข้ากับสังคม

**ด้านภาษา** การเล่นเพื่อเสริมพัฒนาการด้านภาษา ควรเป็นการเล่นที่ต้องมีปฏิสัมพันธ์กัน เช่น การเล่านิทาน เล่นหุ่นมือ บทบาทสมมติ เล่นกับพ่อแม่ หรือพี่น้อง บางครั้งคุณแม่อาจเห็นลูกพูดคนเดียว จึงมั่งง่า นี่คือการเล่นแบบมีจินตนาการ ที่ควรส่งเสริมเป็นอย่างยิ่ง

บางครั้งการพาออกไปในสถานที่แปลกใหม่ เช่น ไปหาคุณหมอ ไปโรงเรียน เด็กจะเกิดความรู้สึกหวาดกลัว กังวล และอาจร้องไห้แงไม่ยอมไป การเล่นบทบาทสมมติ ก็จะเป็นการเตรียมความพร้อมล่วงหน้าให้แก่เด็กได้ เช่น ก่อนจะพาเด็กมาหาหมอฟัน ลองใช้ชุดเครื่องมือของเล่น ลูกเป็นคนไข้ ให้แม่เป็นหมอฟัน หรือสลับบทบาทกัน เพื่อช่วยให้เด็กคุ้นเคย ลดความกังวลให้กับลูก

บริษัท เนเจอร์ คอร์ปอเรชั่น จำกัด  
 69,69/1-3 หมู่ 12 ซอยเพชรเกษม 69 ถนนเพชรเกษม แขวงหนองค้างพลู  
 เขตหนองแขม กรุงเทพฯ 10160 โทร.0 2421 5040-2, 0 2424 5086-7  
 แฟกซ์ 0 2421 5043 E-mail : sale@naturcorporation.com



**ด้านสติปัญญา** สมองเด็กเติบโตมากในช่วง 3 ปีแรก เพราะช่วงเวลาดังกล่าวมีการสร้างเส้นใยประสาทและจุดเชื่อมต่อเกิดขึ้นอย่างมากมาย การได้เรียนรู้เรื่องผิวสัมผัส รสชาติ กลิ่น และการสำรวจสิ่งรอบ โดยผ่านการเล่น จะช่วยกระตุ้นให้ลูกเรียนรู้ได้อย่างสนุกสนานมากขึ้น โดยไม่รู้ตัว เส้นใยสมองจะแตกกิ่งก้านมากขึ้น ช่วยให้ลูกมีพัฒนาการที่ดี

การอ่านนิทานเป็นการเล่นที่ง่าย และประหยัดที่สุดเมื่อเทียบกับของเล่นบางประเภท เพราะการอ่านนิทาน นอกจากจะช่วยส่งเสริมพัฒนาการทางภาษาแล้ว เนื้อหา หรือเรื่องราวต่างๆ ที่ตัวละครในนิทานกระทำ ยังช่วยดึงดูดใจให้ลูกมีพฤติกรรมอันพึงประสงค์ เช่น เรื่องการแบ่งปัน การรับประทานอาหาร หรือการพูดจาที่สุภาพ เรียกว่านิทานสามารถตอบสนองได้ทุกเรื่อง

บริษัท เนเจอร์ คอร์ปอเรชั่น จำกัด  
69,69/1-3 หมู่ 12 ซอยเพชรเกษม 69 ถนนเพชรเกษม แขวงหนองค้างพลู  
เขตหนองแขม กรุงเทพฯ 10160 โทร.0 2421 5040-2, 0 2424 5086-7  
แฟกซ์ 0 2421 5043 E-mail : sale@naturcorporation.com

