

# การส่งเสริมพัฒนาการวัยทารก

พัชรี วรรณกิจพูนผลและเนตรทอง นามพรม  
กลุ่มวิชาการพยาบาลกุมารเวชศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

## พัฒนาการของทารก

การพัฒนาการในระบบต่างๆ ของทารกก็จะค่อยๆ ดีขึ้นกว่าตอนแรกเกิด ความสมบูรณ์ของระบบประสาทจะค่อยๆ พัฒนาโดยสังเกตได้จากการที่ทารกสามารถควบคุมการเคลื่อนไหวได้ดีขึ้นตามลำดับ ผู้ดูแลควรมีการประเมินพัฒนาการทารกอยู่อย่างสม่ำเสมอ เพื่อที่จะได้ตรวจสอบสัญญาณเตือนถึงพัฒนาการล่าช้า การประเมินพัฒนาการสามารถแบ่งออกเป็นด้านต่างๆ ตามเครื่องมือการประเมินพัฒนาการ Denver Developmental Screening Test (DDST) ได้แก่ (1) ด้านกล้ามเนื้อใหญ่ (2) ด้านภาษา (3) ด้านกล้ามเนื้อเล็กและการปรับตัว และ (4) ด้านสังคมและการช่วยเหลือตนเอง ดังนี้

1. ด้านกล้ามเนื้อใหญ่ เป็นพัฒนาการที่ควบคุม ท่าทาง การเคลื่อนไหวของศีรษะ ลำตัว แขนขา ทำให้ทารกพลิกคว่ำหงาย นั่ง คลาน ยืนและเดินได้

2. ด้านกล้ามเนื้อเล็กและการปรับตัว รวมไปถึงการรับรู้และการมองเห็น กล้ามเนื้อเล็กจะมีการพัฒนาไปพร้อมๆ กับกล้ามเนื้อใหญ่ ทั้งนี้การประเมินต้องอาศัยการสังเกตจากผู้ดูแล เพื่อจะได้มีการส่งเสริมพัฒนาการอย่างเหมาะสม ส่วนในการปรับตัวของทารกก็จะสัมพันธ์กับการพัฒนาการด้านต่างๆ เช่น เมื่อทารกอายุ 4 เดือน ทารกจะสามารถยกศีรษะตั้งขึ้นได้ 90 องศาหรือที่เรียกว่า ชันคอได้ และสามารถจับของใส่ปากได้ การปรับตัวของทารกคือ ทารกก็จะเริ่มมองตามวัตถุที่เคลื่อนไหวช้าๆ ได้และเริ่มคว้าสิ่งที่มองเห็น เป็นต้น

3. ด้านภาษา เสียงที่ทารกเปล่งออกมาก็ถือเป็นการสื่อสารชนิดหนึ่ง จะมีอารมณ์หลายประเภท แต่อารมณ์โกรธมีมากเป็นส่วนใหญ่ และอารมณ์กลัวจะรองลงมาจากการไม่เข้าใจสิ่งแวดล้อม นอกจากนั้นก็มีอารมณ์เบิกบานที่แสดงว่าทารกมีพัฒนาการด้านร่างกายและจิตใจที่สมบูรณ์ อารมณ์รัก ทารกจะตอบสนองอารมณ์รักกับบุคคลใกล้ชิดที่เขาใส่ใจสนใจความต้องการของเขา แสดงความรักต่อเขา เล่นกับเขา ทารกจะเริ่มมีอารมณ์รักผู้อื่นเมื่ออายุ 6 เดือน และเมื่ออายุ 2 ปี ทารกจะรู้สึกรักตัวเองและของเล่นที่เป็นสมบัติของตัวเอง โดยแสดงออกโดยการอยากอยู่ใกล้หรือเดินไปใกล้บุคคลที่ตนเองรัก การกอดรัด จูบตามมือ เป็นต้น อารมณ์ของทารกจะเกิดขึ้นเร็วหายไปเร็ว แสดงอารมณ์อย่างเต็มที่ เมื่ออารมณ์นั้นผ่านไปก็จะลืมและไม่ติดค้างใดๆ บุคคลแรกที่สามารถรับรู้อารมณ์ทารกได้เป็นคนแรกคือมารดา ดังนั้นการพัฒนาอารมณ์ให้ทารกเป็นแบบใดขึ้นกับมารดาเป็นสำคัญ

4. ด้านสังคมและการช่วยเหลือตนเอง ในช่วงแรกเกิดถึง 1 ปี เป็นช่วงที่มีการประสานงานการใช้กล้ามเนื้อใหญ่ได้ดีกว่ากล้ามเนื้อเล็กและเริ่มมีการทำงานของกล้ามเนื้อตากับมือประสานกัน ผู้ดูแลควรเปิดโอกาสให้ทารกจับต้องวัตถุต่างๆ ซึ่งจะส่งเสริมการพัฒนาการของเด็กได้ดี เช่น ในระหว่างการเล่นหมอนควรเปิดโอกาสให้ทารกใช้มือน้อยๆ สัมผัสสิ่งต่างๆ ที่อยู่ รอบตัวโดยการจับขดมหรือนิ้วมือมารดา เป็นต้น



## บทบาทผู้ดูแลในการส่งเสริมพัฒนาการวัยทารก

การสร้างเสริมสุขภาพทารกเป็นกระบวนการในการเพิ่มความสามารถของผู้ดูแลทารกในการควบคุมดูแลและพัฒนาสุขภาพของทารกให้ดีขึ้น ไม่เป็นโรค อยู่ในสิ่งแวดล้อมที่สะอาด มีความสุข อารมณ์แจ่มใส มีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่นเหมาะสมตามวัย อยู่ในครอบครัวที่อบอุ่น ในการดูแลทารกยึดหลักการตอบสนองความต้องการพื้นฐาน การส่งเสริมพัฒนาการเป็นหนึ่งในหัวใจสำคัญของการสร้างเสริมสุขภาพทารกซึ่งประกอบด้วย

### 1. การส่งเสริมการเจริญเติบโตและภาวะโภชนาการ

นอกจากการเน้นเรื่อง การได้รับอาหารที่เพียงพอกับความต้องการซึ่งประมาณ 120 – 150 แคลอรีต่อน้ำหนักตัว 1 กิโลกรัมและการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่แล้ว ในด้านพัฒนาการควรส่งเสริมให้ทารกได้ฝึกหัดการช่วยเหลือและมีส่วนร่วมในการรับประทานอาหาร เช่น การถือแก้วน้ำเอง การตักอาหารกินเอง โดยเฉพาะช่วง 8 – 9 เดือนทารกชอบใช้มือในการสำรวจ หยิบ จับอาหารใส่ปาก อาจจะเลอะเทอะไปบ้าง แต่ควรเปิดโอกาสให้ทารกได้ทดลอง การหย่านมแม่หรือนมขวดเป็นประเด็นหนึ่งที่มีผลกระทบต่อพัฒนาการของทารก การหย่านมทำได้ไม่ยากหากมีการเตรียมการที่ดี เริ่มต้นจากการฝึกดื่มจากแก้วเมื่อประมาณ 6 เดือน การหย่านมแม่เมื่อเด็กโต 2 ปีจะยิ่งง่ายเพราะเริ่มอธิบายให้เด็กเข้าใจได้บ้าง โดยหลักการคือ ค่อยๆ เป็นค่อยๆ ไป ค่อยๆ ลดจำนวนมื้อที่ดูนมแม่ลง เปลี่ยนเป็นดื่มจากขวดหรือจากแก้วแทน ส่วนการหย่านมขวดนมก็ควรเริ่มเมื่ออายุประมาณ 1 ปี เพื่อป้องกันฟันผุ ทารกส่วนใหญ่จะชอบดื่มจากแก้วเพราะได้จับยกแก้วเองอย่างอิสระทำให้สามารถควบคุมการดื่มและกลืนได้ ช่วงแรกๆ อาจเล่นเลอะเทอะบ้าง ควรให้โอกาสฝึกและปรบมือให้รางวัลเมื่อทำได้สำเร็จ ทั้งนี้ควรหลีกเลี่ยงการใช้อาหารเป็นรางวัล

การดูแลทารกระหว่างฟันขึ้น เป็นสิ่งที่มีความสำคัญมาก เพราะผู้ดูแลที่ไม่มีความรู้อาจกังวลและไม่สามารถช่วยเหลือทารกได้ ทารกที่ฟันขึ้นจะมีน้ำลายมาก ชอบเอามือหรือสิ่งของต่างๆ เข้าปากหรืออาจกัดผู้ดูแล รับประทานอาหารได้น้อยลง บางคนอาจมีไข้ ร้องไห้แง ซึ่งอาการดังกล่าวจะเป็นอยู่เพียง 2 – 3 วัน การช่วยเหลือดูแลคือ ทำความสะอาดปากฟันของทารกตามปกติ เก็บของเล่นที่แข็งเพราะทารกอาจกัดทำให้เหงือกอักเสบได้ อาจหาของเล่นสำหรับกัดให้ทารกซึ่งปัจจุบันมีพลาสติกนิ่มรูปต่างๆ ที่ด้านในจะมีน้ำอยู่ เป็นชนิดที่กัดได้ไม่มีอันตราย (teething ring) อาจนำไปแช่เย็นและให้เด็กกัดเล่นได้

### 2. การส่งเสริมพัฒนาการผ่านกิจกรรมการเล่น

การเล่นและการอุ้มด้วยความรักและถนุถนอม การสัมผัสในการเคลื่อนไหวเป็นการกระตุ้นที่ดีที่สุดอย่างหนึ่งที่ช่วยส่งเสริมพัฒนาการทารกและยังเป็นการแสดงความรัก ความอบอุ่นจากผู้ดูแลได้ ในปัจจุบันมีการนวดเพื่อให้เกิดการผ่อนคลาย ทำให้เด็กมีความสุขและช่วยให้นอนหลับได้สนิท ผู้ดูแลสามารถเล่นกับทารกได้ในขณะให้นม อาบน้ำ สถานที่ที่ดูแลเด็กควรมีเบาะกว้างพอที่ทารกสามารถนอนหรือกึ่งตัวไปมาได้ มีของเล่นที่ไม่จำเป็นต้องมีจำนวนมากแต่ควรเป็นของเล่นตามวัยหรือพัฒนาการของทารก



### 3. การปลอบโยนและแปลความหมายของการร้องไห้

ผู้ดูแลควรมีความรู้เรื่อง Infant states เพื่อจะได้ทราบว่าควรดูแลทารกอย่างไรเมื่อทารกอยู่ใน states ต่างๆ ต้องอ่านสื่อสัญญาณที่ทารกแสดงออก ในระยะ 3 เดือนแรกการร้องไห้เป็นภาษาที่แสดงออกถึงสิ่งที่ทารกต้องการ ทารกร้องไห้มีความหมายคือ ร้องเพราะหิว (hunger cries) ทารกจะร้องและดั่งขึ้นเรื่อยๆ ร้องเพราะไม่สุขสบายคือ เบียด เย็น กลัว (upset cries) และร้องเพราะเจ็บ (pain cries) ร้องเสียงแหลม

ทารกในระยะ 3 เดือนแรกอาจมีอาการร้องไห้ไม่มีสาเหตุหรือโคลิค (colic) เป็นอาการร้องไห้อย่างรุนแรง มีเสียงร้องที่ต่างจากเสียงร้องในภาวะอื่น ๆ คือ ร้องไห้ด้วยความเจ็บปวดหรือแผดเสียง ที่ทำให้เสียงร้องมีเสียงสูงและดังมากกว่าเสียงร้องในภาวะอื่น มีอาการแขนขาเกร็ง ร้องกวนหรือร้องไห้เกิน 3 ชั่วโมงต่อวัน ระยะเวลาร้องนาน อาการรุนแรงเกิดขึ้นทันทีทันใด ในช่วงระยะเวลาเดิมๆ ทุกๆ วัน ช่วงเวลาที่พบบ่อยคือ 18.00 – 22.00 น.และมีอาการมากกว่า 3 วันต่อสัปดาห์ และเป็นนานกว่า 3 สัปดาห์ ทารกมีน้ำหนักเพิ่มปกติและปกติทุกอย่างเมื่อไม่มีอาการปวดท้องไม่มีวิธีการใด ๆ ที่จะปลอบให้ทารกสงบได้ แต่มักหายเองเมื่อทารกอายุครบ 3 เดือนซึ่งสาเหตุที่แท้จริงยังไม่ทราบแต่มีการตั้งข้อสังเกตว่าอาจเกิดจากอาการปวดท้องจากดูดนมและลมเข้าไปมากทำให้ท้องอืดหรือได้อาหารบางชนิด โดยเฉพาะที่มีส่วนประกอบจำพวกแป้งสูงซึ่งมีผลให้มีลมในท้องมากมีผลให้ท้องอืดและแน่นท้อง หรือแพ้โปรตีนของนมวัวพบบ่อยในครอบครัวที่มีบุตรคนแรก แนวทางการแก้ไข คือ การแก้ไขอาการท้องอืด จับให้ทารกเรอภายหลังการให้นมอย่าปล่อยให้ทารกร้องนานโดยเบี่ยงเบนความสนใจเมื่อทารกร้องไห้ ในขณะที่ทารกร้อง การวางทารกให้นอนคว่ำวางบนตักคุณแม่หรือบนกระเป๋าน้ำอุ่นอาจช่วยบรรเทา อุ้มทารกโดยวางลำตัวโดยเฉพาะออกท้องที่ท่อนแขน ตะแคงใบหน้า ซึ่งทำอุ้มดังกล่าวจะกดที่ท้องช่วยทำให้ทารกกายลมและเรอเอาลมออกมาได้ หากใช้นมผสมต้องอุ้มทารกให้ลำตัว ศีรษะสูงและถือขวดนมให้น้ำนมเต็มจุกนมตลอดเวลา เพื่อป้องกันการกลืนลม หากให้นมวัวให้พิจารณางดนมวัว หากพบในทารกที่เลี้ยงนมแม่อย่างเดียวและคุณแม่ดื่มนมให้คุณแม่ดื่มนม พยายามถามประวัติอาหารของคุณแม่ที่อาจเป็นสาเหตุ ลดความเครียดในครอบครัว นอกจากนี้ยังมีสาเหตุของการร้องไห้ที่เปลี่ยนแปลงไปตามพัฒนาการ เช่น ร้องกวนเมื่อฟันเริ่มขึ้น ร้องกลัวคนแปลกหน้า ร้องเพราะกลัวการแยกจากมารดา

การปลอบโยนสามารถทำได้หลายวิธีที่ทำให้ร่างกายทารกสัมผัสที่อบอุ่นช่วยให้ทารกรู้สึกสุขสบายและปลอดภัย(1) การอุ้ม พบว่าทารกที่ผู้ดูแลอุ้มอย่างน้อย 3 ชั่วโมงต่อวันร้องไห้ขอแ่งได้น้อยกว่าทารกที่ไม่ได้รับการอุ้ม (2) การเคลื่อนไหวหรือโยกเป็นจังหวะ (3) การห่อตัวด้วยหมอบางๆ ช่วยให้การสะดุ้งผวาซึ่งอาจเหมาะกับทารกในช่วง 2 – 3 สัปดาห์แรกเกิด (4) การปลอบโยนด้วยน้ำเสียงที่อ่อนโยน เป็นจังหวะใช้เสียงซ้ำๆ ที่คล้ายกับเสียงที่ทารกได้ยินตอนอยู่ในท้องแม่อาจเป็นเพลงหรือเสียงที่เกิดจากสิ่งที่อยู่รอบตัวทารก (เช่น เสียงน้ำตก ทะเล เครื่องซักผ้า เครื่องดูดฝุ่นหรือเครื่องเป่าผม) (5) การได้ดูด (comfort sucking) อาจเป็นจุกนมปลอม นิ้วมือของตนเอง (6) การนวด นอกจากจะช่วยให้ทารกสุขสบายแล้วยังส่งผลดีในเรื่องการย่อย การดูดซึม (7) วางหมอนข้างนุ่มๆ หรือสิ่งของที่ทารกคุ้นเคยไว้ใกล้ตัว (loving touch)(8) คงแบบแผนกิจกรรมที่ทำประจำวัน เช่น อาบน้ำและร้องเพลงกล่อมก่อนนอนทุกวัน (9) หาก



ทารกร้องนานๆ ปล่อยให้ร้องด้วยวิธีการต่างๆ แล้วไม่ดีขึ้นอาจลองสับเปลี่ยนผู้ดูแลชั่วคราวเพื่อให้ผู้ดูแลหลักได้พักบ้าง (10) หากปล่อยให้ร้องด้วยวิธีการต่างๆ แล้วไม่ดีขึ้น บางครั้งเมื่อปล่อยให้ทารกได้ร้องทารกอาจสงบได้เอง (release tension and self-soothing)

#### 4. การส่งเสริมการนอนหลับพักผ่อน

การนอนหลับเป็นอีกประเด็นที่มีความสำคัญต่อทารกในระยะแรกเกิดจะใช้เวลาในการนอนหลับนาน 19 – 20 ชั่วโมงต่อวัน ยังไม่ค่อยเข้าใจเวลากลางวันหรือกลางคืน ทารกตื่นจะทุก 2 – 3 ชั่วโมงเพื่อร้องไห้ คุณนมและระยะห่างของเวลาดึ้นจะค่อยๆ ห่างไปเรื่อยๆ การส่งเสริมการนอนหลับโดยการสังเกตพฤติกรรมทารกว่าง่วงนอนหรือยัง (tried signs) เช่น การหาว การร้องกวน ไม่ยอมเล่นและไม่สนใจสิ่งรอบตัว ทารกส่วนใหญ่จะหลับหลังจากที่อ้อม การช่วยเหลือให้ทารกหลับได้ง่าย เช่น การอุ้ม การโยก การร้องเพลงกล่อม การสัมผัสเบาๆ การห่อตัว คุณดูแลอุ้มมีสิ่งแวดล้อมและการถ่ายเทอากาศ และการลดสิ่งเร้าต่างๆ

#### 5. การส่งเสริมพัฒนาการภาษาและสังคมผ่านอ่านหนังสือ

การส่งเสริมการเรียนรู้ด้านภาษาซึ่งจะเป็นพื้นฐานในการพัฒนาการด้านสังคมต่อไป การเลือกนิทานสำหรับทารกช่วง 0 – 6 เดือน ควรเป็นหนังสือที่มีรูปภาพขนาดใหญ่ มีสีสันสวยงาม แข็งแรงเปิดง่ายอาจเป็นกระดาษแข็ง เป็นแบบผ้าไหมหรือพลาสติกกันน้ำซึ่งสามารถนำไปอ่านในห้องน้ำขณะอาบน้ำได้และสะดวกในการทำความสะอาดด้วย ทารก 6 – 12 ปี ควรเลือกหนังสือที่มีรูปได้ๆ หรือสิ่งของรูปร่างที่ทารกคุ้นเคย เช่น ลูกบอล ขวด หากมีลักษณะที่แสง เสียง สัมผัส กลิ่น

#### 6. การสร้างสายสัมพันธ์และความผูกพันมารดาทารก (Bonding & Attachment)

สัมพันธ์ภาพนั้นไม่ได้หมายถึงทางร่างกายเท่านั้นแต่หมายถึง ทั้งทางอารมณ์และสังคมด้วย ความผูกพันมี 2 แบบคือ ความผูกพันที่มั่นคงและความผูกพันที่ไม่มั่นคง พฤติกรรมของผู้ดูแลที่ส่งเสริม ความผูกพันที่มั่นคงได้แก่ ความไวต่อการรับรู้และตอบสนองของพฤติกรรมทารก วิธีการดูแลแน่วแน่และมั่นคง (ไม่มีอารมณ์แปรปรวน) การพูดด้วยน้ำเสียงอ่อนโยน การคำนึงถึงความเป็นบุคคลของทารกและอุ้ม สัมผัสทารกด้วยใจและความรัก ส่วนทารกก็จะตอบสนองต่อพฤติกรรมของผู้ดูแลด้วยการสำรวจสิ่งแวดล้อม กลับมาหา ตามหาหากเจ็บ ร้องไห้ หรือต้องการความช่วยเหลือ ยอมทำตามเมื่อถูกรังขอ การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เป็นวิธีการหนึ่งในการส่งเสริมสัมพันธ์ภาพ นอกจากนี้ผู้ดูแลอาจมีกิจกรรมในการสร้างสัมพันธ์ภาพกับทารกผ่านการสนทนา กิจกรรมการเล่น การอ่านหนังสือ ซึ่งพบว่าทารกที่ที่ได้รับการดูแลและมีสัมพันธ์ภาพที่ดีมีผลต่อพัฒนาการในวัยต่อๆ มาทั้งด้านการจัดการกับอารมณ์ การมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลต่างๆ ทั้งเพื่อนและครูในสังคม ส่วนด้านสติปัญญาและการเรียน พบว่า ส่งผลต่อทักษะในการแก้ไขปัญหา เพิ่มความมั่นใจ มีแรงจูงใจในการอยากเรียนรู้

#### 7. การส่งเสริมการมีระเบียบวินัย

บางครั้งอาจพบอารมณ์ฉุนเฉียวซึ่งเกิดได้จากหลายเหตุผลและข้อมูลทางด้านจิตวิทยาได้ยกตัวอย่างสาเหตุที่น่าสนใจไว้ คือ ทารกอายุ 6 – 7 เดือน สามารถแยกแยะพ่อแม่จากคนแปลกหน้าได้ ดังนั้นทารกจึงต้องการอยู่กับพ่อแม่ตลอด 24 ชั่วโมง ไม่ต้องการอยู่กับคนแปลกหน้าแม้ว่าจะเป็นญาติพี่น้องที่สนิทก็ตาม การที่มีคนแปลกหน้ามาอุ้มจึงทำให้ทารกรู้สึกไม่ปลอดภัย แต่เมื่ออายุ 7 – 9 เดือนเริ่ม



เข้าใจการรอคอยหากอธิบายเหตุผล การเปลี่ยนแปลงทางสรีระก็เป็นอีกสาเหตุ ทารกมักร้องแงเมื่อฟันกำลังขึ้น และในทารกบางรายที่กำลังพยายามจะลองสิ่งใหม่ เช่น การตั้งไข่หรือการยืน ทารกกลัวล้มแต่ก็ต้องการลองจึงทำให้ทารกมีอารมณ์ฉุนเฉียวได้เช่นกัน ซึ่งผู้ดูแลควรคำนึงอยู่เสมอว่าทารกยังอยู่ในระหว่างการพัฒนาต้องใช้ความละเอียดอ่อนเพื่อช่วยทารกในการเปลี่ยนแปลงหรือสำรวจสิ่งใหม่ๆ อย่างราบรื่น ทารกยังไม่สามารถแยกแยะได้ว่าสิ่งใดที่ควรทำหรือไม่ควรทำ ควรเปิดโอกาสให้ทารกได้สำรวจเพื่อการเรียนรู้ภายใต้การสอดส่องดูแล แต่หากทารกอาจเกิดอันตรายก็ให้บอกหรือห้ามด้วยน้ำเสียงหนักแน่น (ไม่ใช่ดุหรือด่า) แล้วอธิบายและใช้วิธีเบี่ยงเบนความสนใจ กอด อุ้มและปลอบเมื่อทารกหงุดหงิด

## 8. การส่งเสริมพัฒนาการอารมณ์ คุณธรรมและจริยธรรม

การตอบสนองความต้องการพื้นฐาน การจัดสิ่งแวดล้อมให้ปลอดภัย การดูแลเอาใจใส่ด้วยความรัก ความอบอุ่น เอื้ออาทรต่อกัน สร้างให้เกิดความเชื่อใจและไว้วางใจ การทำกิจกรรมดีงามซ้ำๆ ก็จะช่วยหล่อหลอมให้พัฒนาการอารมณ์ คุณธรรมและจริยธรรมแก่ทารกได้

### Challenges to development

#### 1. กลัวคนแปลกหน้า Stranger awareness (fear)

ช่วง 2 – 3 เดือนแรก ทารกจะสนใจคนแปลก และรู้ว่าต่างจากคนคุ้นเคย พออายุ 3 – 4 เดือน จะแสดงความดีใจเมื่อมีคนมาเล่นด้วย โดยแสดงพฤติกรรมคือ สบตา เคลื่อนไหวศีรษะ ทำเสียงดีใจ จากงานวิจัยพบว่าถ้าคนที่เข้าไปหาใส่ชุดดำ ทารกไม่มีปฏิกิริยาตอบสนอง ปฏิกิริยากลัวคนแปลกหน้าพบได้ตั้งแต่ทารกอายุ 5 เดือน โดยทารกจะแสดงปฏิกิริยาจากที่ร้องเป็นเจ็บบและร้องให้เสียงดัง

การส่งเสริม: ให้เวลาทารก, สร้างพื้นฐานความไว้วางใจ,

#### 2. ของรัก ของติด Lovey and me (transitional object) -- thumb sucking

เกิดขึ้นในช่วงที่ทารกมีความสุขจากการดูดนิ้วจนกระทั่งช่วงที่มีของเล่นที่ชอบ สาเหตุอาจเกิดจากช่วงแรกเกิดของชีวิตทารก ทารกจะหลับในอ้อมแขนมารดา คุ้นเคยกับกลิ่น สัมผัสของมารดา เมื่อโตขึ้นเด็กก็จะพยายามสร้างสิ่งแวดล้อมให้เหมือนกัน มีคนอธิบายว่า เมื่อเด็กอายุ 6 เดือนภาวะพึ่งพาลดลงถือเป็นช่วงเวลาเปลี่ยนผ่านที่สำคัญ เด็กบางคนกินนมจากขวด มีพัฒนาการด้านการถือขวดนมเอง พ่อแม่บางคนให้ดูดจุกนมปลอม บางคนให้หลับโดยกอดตุ๊กตา เด็กก็จะคุ้นเคยกับสิ่งเหล่านั้น เพราะฉะนั้นตัวผลิตภัณฑ์ให้มีภาวะติดของขึ้นอยู่กับคุณค่าของของในช่วงเปลี่ยนผ่านที่มีภาวะพึ่งพาลดลง

การส่งเสริม: ความไว้วางใจ

การแก้ไข : ส่งเสริมกิจกรรมเบี่ยงเบนความสนใจตามพัฒนาการของกล้ามเนื้อ เช่น เล่นเก้าอี้ โซฟา

#### 3. พื้นฐานอารมณ์: Temperament

อารมณ์โกรธ: ในทารกการแสดงความต้องการพื้นฐานจะแสดงออกโดยการร้องไห้ เมื่อไม่ได้รับการตอบสนองก็จะร้องไห้เสียงดังเหมือนโกรธ ซึ่งจะต่างจากความโกรธในเด็กโตที่ซับซ้อนกว่า

การส่งเสริม: ตอบสนองความต้องการ

#### 4. ภาวะกังวลจากการแยกจาก Separation



เริ่มเกิดในช่วงหลังเกิด 3 เดือนและจะเห็นชัดเมื่ออายุ 6 เดือนซึ่งเกิดจากการที่ทารกถูกทิ้งไว้กับพี่เลี้ยงหรือปู่ย่า ตายาย ที่มีบุคลิกไม่เป็นมิตร โดยทารกจะแสดงอาการเฉยเมยต่อมารดาในระยะแรก จากนั้นจะเกาะติดมารดาตลอดเวลา ร้องหาเมื่อไม่เห็น

การส่งเสริม: เตรียมทารกล่วงหน้าก่อนที่จะทิ้งทารกไว้กับผู้อื่น โดยบอกกล่าวทารก อยู่ด้วยขณะที่ทารกอยู่กับผู้เลี้ยงดูคนอื่นและค่อยๆ เพิ่มระยะเวลาที่อยู่กับคนเลี้ยงดูคนอื่นๆ เพิ่มขึ้นเพื่อให้เกิดความคุ้นเคย

#### 5. การลงโทษ: Physical punishment (Hitting, Biting, scratching)

กรณี ที่พบบ่อยในวัยทารกที่บิดามารดาอารมณ์ไม่มั่นคงจะมี การตี การหยิก การกัด การเขย่า การโยนซึ่งจะส่งผลเสียทั้งทางด้านอารมณ์และร่างกายทารก

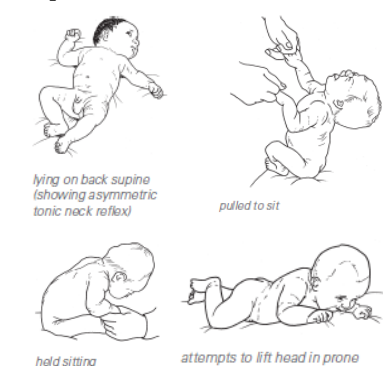
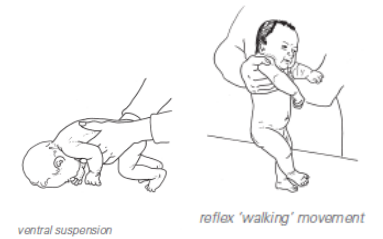


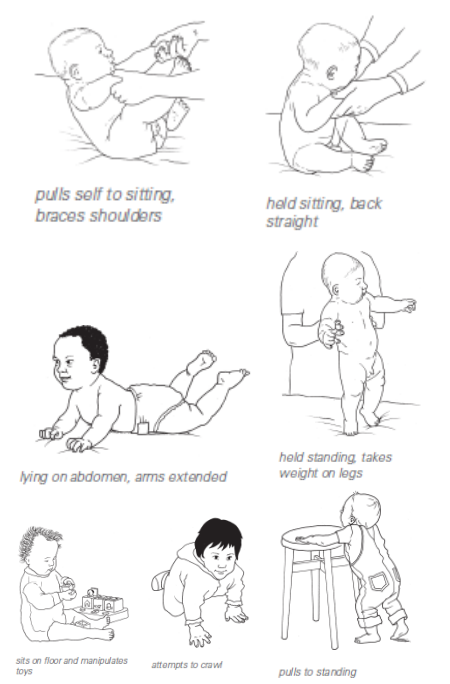


การส่งเสริม: จะไม่ทำในวัยทารก เนื่องจากทารกไม่มีความสามารถในการรับรู้เรื่องที่ถูกลงโทษ

#### 6. Can you spoil a child?











วัยทารกทิศทางของพัฒนาการจะเริ่มจากความเห็นแก่ตัวเอาแต่ใจตนเองการเอาแต่ความต้องการและความรู้สึกนึกคิดของตนเองเป็นที่ตั้งทุกอย่างไม่สามารถอดทนรอคอยได้ ต้องได้รับการตอบสนองความต้องการของตนเองอย่างฉับพลันทันที การที่พ่อแม่และผู้เลี้ยงดูวิ่งไปโอบหรือให้นมทันทีทุกครั้งที่ได้กร้องอาจเป็นการฝึกให้เด็กเข้าใจผิด เกิดความคาดหวังว่าความต้องการของตนเองต้องได้รับการตอบสนองทันทีเสมอ ซึ่งหากการเลี้ยงดูเป็นการตามใจโดยไร้ขอบเขต จะทำให้เด็กเติบโตขึ้นเป็นคนเห็นแก่ตัว มีความทุกข์ง่าย สุขยาก จิตใจอ่อนแอ เปราะบาง

การส่งเสริม : ให้ผู้ดูแลสนใจเอาใจใส่ทุกครั้งที่ได้กร้อง สังเกตหรือซักถามเพื่อให้เข้าใจการแสดงออกนั้น ฝึกให้ทารกรู้จักรอและมีส่วนร่วมในเหตุการณ์ เช่น อุ้มเด็กไปหยิบภาชนะด้วยกัน หรือให้ช่วยถือของตามความสามารถของเด็ก



พัฒนาการ / อายุ	0 – 3 เดือน	3 – 6 เดือน	6 – 9 เดือน	9 – 12 เดือน
<p><b>ด้านกล้ามเนื้อ</b> <b>มัดใหญ่</b></p>	<p>รีเฟล็กซ์แรกเกิดบอกรหัสความสมบูรณ์ของระบบประสาท</p>  <p>ถ้านอนคว่ำจะผงกศีรษะได้ชั่วคราว</p> 	<p>Grasping reflex หายไป ถือของในมือได้ชั่วคราว</p>  <p>ยกศีรษะและอกเหนือพื้นได้ 90 องศา พลิกคว่ำ พลิกหงายได้</p>  <hr/> <p>๒ 4 เดือน กระสับกระส่าย พักไม่ได้ ควบคุมการเคลื่อนไหวของศีรษะไม่ได้ มีปัญหาการกิน การหายใจ อ่อนปวกเปียกหรือเกร็ง</p>	<p>ถือขวดนมได้ดีมีน้ำจากถ้วยได้ไม่ล้นลัก</p>  <p>เริ่มนั่งเองได้ดีขึ้น เริ่มคลาน เกาะยืนได้</p> <hr/> <p>๒ 7 เดือนการนั่งรูปตัว W</p>  <p>8 เดือน ยังพบ grasping reflex</p>	<p>เดินจูงมือเดียวและเริ่มเดินเองได้</p>  <hr/> <p>๒ 9 เดือนพบ Primitive reflex ระบบประสาทอาจผิดปกติ</p> <p>10 เดือนนั่งไม่ได้</p> <p>12 เดือนไม่มีปฏิกิริยาปกป้องตัวเอง ระบบประสาทและกล้ามเนื้อผิดปกติ</p>



พัฒนา / อายุ	0 – 3 เดือน	3 – 6 เดือน	6 – 9 เดือน	9 – 12 เดือน
<p><b>ด้านกล้ามเนื้อมัดเล็กและการปรับตัว</b></p> <p>ช่วง 1 เดือนแรกเกิด กำมือแน่น กรอกตาตามแสง มองวัตถุที่อยู่ใกล้สนใจใบหน้ามนุษย์</p> <p>ครบ 3 เดือน grasping reflex หายไปดังนั้นจะถือของที่ใส่มือได้ ชั่วครู่ ชอบเล่นและมองมือตนเอง และมองตามได้ตลอด 180 องศา มองมือตนเอง</p>		 <p><i>hand regard and finger play</i></p>  <p><i>follows dangling toy</i></p>  <p><i>holds toy but cannot yet co-ordinate hands and eyes</i></p> <p>เริ่มใช้ฝ่ามือสองข้างจับของหรือจับนิ้วผู้ใหญ่ได้</p>	 <p><i>palmar grasp</i></p>  <p><i>reaches for toy with one hand ...</i></p>  <p><i>manipulates toy with both hands</i></p> <p>จับของแล้วเปลี่ยนมือได้ นั่งได้เมื่อมีคนช่วยจับ</p>	 <p><i>pokes at small objects using index finger</i></p>  <p><i>grasps string to pull toy</i></p>  <p><i>picks up small object with pincer grasp</i></p>  <p><i>attempts to give block, but cannot yet release</i></p> <p>ชอบใช้นิ้วชี้สิ่งของหรือรูต่างๆ ตบมือ โบกมือลา ใช้สองนิ้วจับสิ่งของชิ้นเล็กๆ และปล่อยออกจากมือได้ ชีววัตถุที่สนใจในระยะใกล้ได้</p>





พัฒนา / อายุ	0 – 3 เดือน	3 – 6 เดือน	6 – 9 เดือน	9 – 12 เดือน
ส่งเสริมด้าน กล้ามเนื้อมัดเล็กและ การปรับตัว	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ชอบจับตาของที่เคลื่อนไหว ใช้ของแขวน ของเล่นที่มีสีฉูดฉาด และมีเสียงไว้ให้ดูในระยะไม่เกิน 8 นิ้ว เช่น โม่บาย ปลาตะเพียน เศษผ้าสีต่างๆ มีกริ่งกรั้งที่ปลายไม้ไผ่ทาสี ผูกเรียงใกล้ๆ กัน และมีเสียงเวลาลมพัด</li> <li>- เล่นกับมือของตัวเอง ขยำนิ้วมือเล่น ควรหาของเล่นที่มีสีสดใส และมีเสียงใส่มือเด็ก เช่น ลูกเขย่ากลมๆ ข้างในมีเสียงกริ่งกรั้งเวลาที่ขยับไปมา เด็กจะชอบมาก</li> <li>- ชอบใช้มือบีบวัตถุที่มองเห็น ของเล่นควรเป็นลูกบอลนุ่มๆ แขนงไว้เหนือเสียงเพื่อให้เด็กบีบไปมา ถ้ามีเสียงด้วยยิ่งดี</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- อยากดู อยากยื่นแขนออกไปเตะและจับวัตถุต่างๆ มากขึ้น ควรหาของต่างๆ ให้เด็กดู และจับมากๆ เช่น ตุ๊กตายางเป็นรูปต่างๆ มีผิวหยาบแต่นุ่มนิ่ม ลูกบอลทำด้วยผ้าสาลีหรือผ้าลินินๆ ถ้ามีเสียงดังเวลาที่กำ บีบ เขย่า เด็กยิ่งชอบ</li> <li>- ชอบเล่นน้ำเวลาอาบน้ำ ควรให้ของเล่นที่ลอยน้ำได้เช่น ตุ๊กตาทำด้วยยางหรือพลาสติก ลูกบอลใสๆ มีเสียงอยู่ข้างใน และมีเสียงเวลาน้ำกระเพื่อม</li> <li>- ชอบเล่นจับเตะสิ่งของต่างๆ ที่อยู่ใกล้ตัว ของเล่นควรเป็นแบบคานมหาสนุก ซึ่งไม่แกว่งหรือโยนตัวหนีเด็กไปอีกทาง เพื่อให้เด็กหงุดหงิด</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- รู้สึกคันเหงือกเมื่อฟันใกล้ขึ้น ควรให้ยาหรือพลาสติกสำหรับกัด</li> <li>- ชอบเล่นกับเงาตัวเองในกระจก เล่นเกมส์จ๊ะเอ๋</li> <li>- ชอบเล่นลิ้นชัก เล่นกระดาษและฉีกกระดาษ</li> <li>- ชอบเสียงกระทบกัน ของเล่นควรเป็นของที่ไม่แตก และทำให้เกิดเสียงดังได้เช่นของเล่นไขลานหมุนได้ เดินได้ มีเสียง</li> <li>- ชอบโยกตัวเองเป็นจังหวะเวลาได้ยินเสียงเพลง ควรเปิดเพลงให้เด็กฟัง</li> <li>- ชอบจับต้องสิ่งของต่างๆ สนในเรื่องน้ำหนักรูปร่างของเล่นควรเป็นวัตถุที่ทำเป็นรูปร่างต่างๆ อาจเป็นกล่องกระดาษแข็งสีต่างๆ บรรจุเมล็ดผลไม้หรือก้อนกรวดไว้ข้างใน</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ชอบหยิบของเล็กๆ โดยใช้ นิ้วหัวแม่มือและนิ้วชี้ ชอบเล่นรูและซอกต่างๆ ของเล่นควรเป็นพวกกล่องหรือหีบเจาะรูไว้ข้างบนใหญ่พอที่เด็กจะหยิบของชิ้นเล็กๆ ใส่ลงไป</li> <li>- ชอบเล่นดึงเชือกที่ติดกับของเล่น</li> <li>- ชอบเล่นตบแผละ และเลียนแบบการกระทำของผู้ใหญ่ เล่นชนมากชอบรื้อของ</li> </ul>



Infant



พัฒนา / อายุ	0 – 3 เดือน	3 – 6 เดือน	6 – 9 เดือน	9 – 12 เดือน
<b>พัฒนาการด้านภาษา</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>- สื่อสารด้วยการร้องไห้เมื่อต้องการสิ่งต่างๆ</li> <li>- มองตามในระยะใกล้ๆ ยิ้มหรือทำเสียงโต้ตอบเมื่อเวลาพูดด้วย</li> <li>- ปลอบโยนได้ด้วยเสียง</li> <li>- เริ่มแยกเสียงที่ต่างได้ (awareness, localization, differentiation)</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>- หัวเราะเสียงดังเมื่อมีการเล่นหรือหยอกล้อ</li> <li>- หันหาเสียง</li> <li>- ทำเสียงโต้ตอบมากขึ้น</li> </ul> <p>๒ 4 เดือน ไม่สนใจหันหาเสียง</p> <p>6 เดือน ไม่หัวเราะหรือส่งเสียง</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>- หันหาเมื่อเรียกชื่อ</li> <li>- เริ่มสนุกกับส่งเสียงอ้อแอ้ พัฒนาการที่ไม่เป็นคำ เลียนเสียงพูดและเริ่มพูดได้เป็นคำๆ ซึ่งสัมพันธ์กับที่พันทารถจะเริ่มขึ้น</li> <li>- สนใจฟังเมื่อมีคนพูดด้วยและโต้ตอบ</li> </ul> <p>๒ 8-9 เดือน</p> <p>ไม่ส่งเสียงใดๆ หรือแสดง ท่าทางใดๆ เพื่อเรียกร้องความสนใจ</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ไม่ทำเสียงหลากหลาย แต่เปลี่ยนเป็นพูดคำสั้นเช่น “แม่” “หม่า” พูดได้ 2 พยางค์ที่มีความหมายเช่น ม่าม่า เป็นต้น</li> <li>- แสดงท่าทางปฏิเสธ เช่น สายหน้า</li> <li>- เข้าใจคำสั่งง่ายๆ เช่น ดื่มนม ไม่ทำ</li> </ul> <p>๒ 9-10 เดือน ไม่แสดงอารมณ์</p> <p>10 เดือน ไม่ตอบสนองเมื่อเรียกชื่อ</p> <p>12 เดือน ไม่แสดงท่าทาง ไม่สื่อสารความต้องการ</p>
<b>ส่งเสริมพัฒนาการด้านภาษา</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- เปิดเพลงเบาๆ กล่อมนอนช่วยการเรียนรู้เสียง (ไม่ใช่ TV)</li> <li>- ร้องเพลงให้ฟัง</li> <li>- พูดคุยด้วยน้ำเสียงต่ำสูง</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- พูดคำสั้น ช้าๆ เน้นน้ำเสียง อารมณ์และให้ทารกมองเห็นปาก เช่น ชื่อทารก</li> <li>- อ่านหนังสือนิทานรูปภาพให้ฟัง ชี้ภาพ</li> <li>- ของเล่นมีเสียง กรู้งกริ้ง</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- พูดคุยด้วยคำสั้นๆ เข้าใจง่ายและรอจังหวะให้ทารกโต้ตอบ พยายามถามคำถามที่ต้องตอบมากกว่า ใช่ / ไม่ใช่</li> <li>- ชี้และบอกชื่ออวัยวะต่างๆ</li> <li>- อ่านหนังสือนิทานรูปภาพให้ฟังทุกวัน ด้วยน้ำเสียงสีหน้าท่าทาง และวางไว้ให้เปิดอ่านเองได้สะดวก</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ฟังเพลง ร้องเพลงและเคลื่อนไหวร่างกาย</li> <li>- ถามว่าอยากอ่านหนังสือเรื่องไหน ให้ทารกช่วยเปิด อ่านหรือทำเสียง</li> </ul>



พัฒนา / อายุ	0 – 3 เดือน	3 – 6 เดือน	6 – 9 เดือน	9 – 12 เดือน
<b>พัฒนาการด้านสังคมและการช่วยเหลือตนเอง</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- จ้องหน้าเมื่อพูดด้วย</li> <li>- เริ่มรู้จักการรอคอยเมื่อรับรู้ว่าจะได้กิน เช่น นิ่งรอเมื่อมารดาเข็ดหัวนม</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- จำหน้าและคุ้นเคยผู้ดูแล</li> <li>- เริ่มร้องไห้ต่อสิ่งที่ไม่พึงพอใจ</li> <li>- เคลื่อนไหวแขน แตะขาเมื่อมีการเล่นหยอกล้อหรือพอใจ</li> <li>- เริ่มเล่นเป็น ชอบเล่นน้ำ ขยำกระดาษและยี้มกับเงาตนเองในกระจก สนใจสิ่งรอบตัวมากขึ้น ชอบให้มีคนอยู่ด้วย</li> <li>- รับรู้ความลึก ระยะห่าง มือและตาประสานกันได้ดี</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ถือขวดนมเอง ดื่มน้ำจากถ้วยได้ไม่ล้มลุก ชอบใช้มือจับกินอาหาร</li> <li>- กลัวคนแปลกหน้า (a separate person, recognize feeling)</li> <li>- ชอบให้อุ้มเย็นแล้วจะกระโดดด้วยความสนุกสนาน</li> <li>- ชอบเลียนแบบพฤติกรรม เสียงและท่าทาง</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ถูกขัดใจจะแสดงท่าทางปฏิเสธ</li> <li>- ดึงของไว้กับตัวเมื่อต้องการ</li> <li>- สนุกสนานเมื่อถูกหยอกล้อ มีการพัฒนาการด้านอารมณ์</li> <li>- สามารถช่วยยกเท้าออกเมื่อถอดรองเท้าหรือถอดกางเกง</li> <li>- ไม่สามารถแยกสิ่งที่ควรทำ/ไม่ควรทำ (อาจเกิดอันตรายได้)</li> </ul>
<b>ส่งเสริมพัฒนาการด้านสังคมและการช่วยเหลือตนเอง</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ตอบสนองความต้องการพื้นฐานเมื่อทารก</li> <li>- อุ้ม กอดและสัมผัสที่นุ่มนวล</li> </ul>  	<ul style="list-style-type: none"> <li>- อุ้ม กอดและสัมผัสที่นุ่มนวล</li> <li>- จ้องมอง สบตาเวลาพูด</li> <li>- เล่นหรือทำกิจกรรมที่ทารกชอบ</li> <li>- เล่นจ๊ะเอ๋ อุ้มพาเดินเที่ยวบริเวณบ้าน</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>- สนุกเมื่อขำขงและมีคนเก็บให้ (object permanence)</li> <li>- ส่งเสริมการสำรวจแต่ระวังอุบัติเหตุ - ชอบเล่นซ่อนหา (ซ่อนขง), เป่าฟอง</li> <li>- ทำให้ดูและเปิดโอกาสให้ลองทำบ้าง (cause-and-effect play) เพื่อส่งเสริม self-confidence</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>- บอก แสดงออกว่าเข้าใจที่ทารกมีรู้สึกนั้นๆ และช่วยเหลือ</li> <li>- เล่นปรบมือ โบกมือบายบาย</li> <li>- ส่งเสริม self-confidence ด้วยการทำกิจกรรมซ้ำ</li> <li>- พูดด้วยน้ำเสียงหนักแน่น “ไม่” แล้วอธิบายและเบี่ยงเบนความสนใจ</li> </ul> 

