รู้หรือไม่ว่า 10 ข้อที่เด็กทุกคนในโลกนี้ต้องการมากที่สุดคืออะไร

นำเสนอเมื่อ : 8 ก.พ. 2559

รู้หรือไม่ว่า 10 ข้อที่เด็กทุกคนในโลกนี้ต้องการมากที่สุดคืออะไร / ดร.แพง ชินพงศ์

ความต้องการพื้นฐานของเด็กทุกคนในโลกนี้คืออะไร อาจเป็นคำถามที่มีผู้ใหญ่หลายๆ คนไม่รู้ วันนี้ผู้เขียนได้รวบรวม 10 ขอซึ่งเป็นสิ่งที่จำเป็นและเป็นสิ่งที่เด็กทุกคนในโลกนี้ต้องการ มีดังนี้

1. ให้ความต้องการขั้นพื้นฐาน ที่พวกเขาจะได้รับการตอบสนองทันที เมื่อพวกเขามีความต้องการเหล่านี้ อันได้แก่ การที่เด็กได้รับอาหารเมื่อหิว การที่เด็กได้รับความรักความอบอุ่นและความปลอดภัยเมื่อเกิดอันตราย การที่เด็กได้รับความช่วยเหลือเมื่อรู้สึกกลัว อารมณ์เสียหรือเจ็บป่วย การที่เด็กรับรู้ได้ว่ามีบางคนที่ไว้ใจได้ที่จะดูแลพวกเขาอยู่เสมอ และการมีเวลาคุณภาพสำหรับครอบครัว

จำไว้ว่าการรอคอย 2-3 นาทีเป็นสิ่งที่ยาวนานเกินไปสำหรับทารกเมื่อเขาหิวหรืออารมณ์เสีย เมื่อเด็กได้รับการปลอบประโลมพวกเขาจะรู้สึกปลอดภัย ในกรณีของเด็กโตสามารถรอคอยได้ยาวนานกว่าก็จริง แต่พวกเขาจำเป็นต้องรู้และมั่นใจว่าเมื่อเขาหิวจะมีอาหารกิน และเมื่อรู้สึกเศร้าหรือเจ็บปวดจะมีคนที่สามารถจะวิ่งเข้าไปหาได้

2. ความรู้สึกมั่นคงปลอดภัย ทำให้พวกเขาเริ่มจะรู้จักไว้วางใจคนอื่น เด็กที่มีความรู้สึกไม่ปลอดภัยจะรู้สึกกระวนกระวายใจและไม่มีความสุขตลอดเวลา และจะส่งผลต่อสุขภาพและการเรียนรู้ แต่เมื่อเด็กๆเรียนรู้ว่าเขาสามารถไว้ใจผู้ใหญ่ที่อยู่รอบข้างได้ จะทำให้เขาเติบโตขึ้นอย่างมีความสุข มีสุขภาพจิตดีและเป็นคนคิดบวก

3. ความรักและการโอบกอด ความรักและการโอบกอดช่วยให้เด็กรู้สึกปลอดภัยและมีความสุข เราจะแสดงความรักกับเด็กได้โดยการ อุ้ม กอด หอม และให้เขานั่งบนตัก การแสดงความรักกับเด็กอย่างสม่ำเสมอจะทำให้เขารับรู้ว่าเรารักและเป็นห่วงเขาเสมอ

เด็กเล็กๆหรือในวัยทารกชอบเล่นเกมแห่งความรัก เช่น กระโดดโยกตัวไปมา ย่อเขา เป็นจังหวะ จั๊กจี้เบาๆ หรือเล่นเกมที่มีโอกาสได้ฝึกนิ้วมือและนิ้วเท้า เด็กๆ ชอบและมีความสนุกมากเมื่อเราจับมือเวลาเดินไปไหนต่อไหนเพราะพวกเขาจะมีความรู้สึกว่าได้รับการป้องกันจากอันตรายและมีความรู้สึกที่มั่นคงปลอดภัยเมื่อต้องออกไปเผชิญโลกภายนอก

สำหรับเด็กที่โตแล้วผู้ใหญ่สามารถแสดงความรักได้โดยการพูดเตือนใจเด็กๆอยู่เสมอว่าเรารักเขา

เราสามารถแสดงความรักด้วยการกอด หอม ราตรีสวัสดิ์ หรือแตะให้กำลังใจที่บ่า นอนกอดใกล้ๆ กันเมื่ออ่านหนังสือก่อนนอนและดูทีวีร่วมกับลูก

4. ชมลูกบ่อยๆ ลูกต้องการให้เราชมและแสดงความชื่นชมต่อตัวเขา เมื่อเราชมลูกและให้กำลังใจในเวลาที่เขาทำสิ่งที่ดี เวลาที่เขาประสบความสำเร็จ หรือเวลาที่เขากำลังพยายามทำในสิ่งที่ดีๆ อยู่ จะทำให้พวกเขาอยากทำสิ่งดีฟเหล่านั้นอีกต่อไป การชมลูกบ่อยๆ เมื่อลูกทำในสิ่งดีจะเป็นการปลูกฝังให้ลูกเป็นคนมีความภาคภูมิใจในตนเองและมีความรู้สึกที่ดีต่อตัวเอง ซึ่งเด็กที่มีความรู้สึกดีต่อตัวเองจะ เรียนรู้และปรับตัวได้ง่ายกับสิ่งแวดล้อม เป็นคนมีความพยายาม และสามารถปรับตัวเข้ากับเพื่อนและสังคมได้ไม่ยาก

5. ยิ้ม รอยยิ้มเป็นสิ่งแรกที่ลูกเรียนรู้จากพ่อแม่ รอยยิ้มเป็นสิ่งที่ทำได้ง่ายและช่วยให้เด็กๆ มีความสุขและรู้สึกปลอดภัย เมื่อเรายิ้มเป็นการแสดงออกที่เราบอกกับลูกว่าเรารักเขา เราอยากอยู่ใกลๆ เขา เราชื่นชมในตัวเขา เรารู้ว่าเขามีความสุข และเราสนุกที่ได้มีโอกาสเล่นกับเขา รอยยิ้มจะได้ผลดีเมื่ออยู่ในระดับสายตาของเด็ก การยิ้มกับลูกจะช่วยให้ลูกรู้ว่าเราสนใจและฟังเขาอยู่ ซึ่งทำให้ลูกรู้สึกอบอุ่นใจเป็นอย่างมาก

6. พูดคุยกับลูกบ่อยๆ เป็นสิ่งที่ดีที่เราจะพูดคุยร้องเพลงให้ลูกวัยทารกฟัง เสียงที่อ่อนโยนจะช่วยให้เด็กรู้สึกผ่อนคลาย อีกทั้งเด็กๆ จะเริ่มเรียนรู้คำศัพท์ใหม่ๆ เมื่อเราพูดคุยกับเขามากขึ้น เด็กๆจะเรียนรู้การใช้คำศัพท์จากผู้ใหญ่ ดังนั้นผู้ใหญ่ควรระมัดระวังการใช้คำพูดที่เหมาะสมและใช้ภาษาให้ถูกต้องกับเด็กๆ

เมื่อลูกยังอยู่ในวัยเด็กลูกชอบหนังสือที่มีภาพประกอบมากๆ นอกจากนี้ การร้องเพลงก็เป็นการสื่อสารอีกทางหนึ่งที่นอกจากลูกจะได้เรียนรู้คำศัพท์แล้วยังทำให้ลูกเพลิดเพลินสนุกสนานและมีความสุขอีกด้วย

7. การฟัง เมื่อลูกโตมากขึ้นเขาสามารถจะรู้จักคำศัพท์มากขึ้น และเริ่มรู้จักตั้งคำถาม ดังนั้นการฟังจะเป็นวิธีที่ดีที่สุดที่เราสามารถจะตอบคำถามลูกได้ เราจะแสดงให้ลูกรู้วาการเรียนรู้เป็นสิ่งที่สนุก การฟังเป็นการสื่อสารที่ดีและเป็นการแสดงให้เห็นว่าเราสนใจลูก เมื่อลูกถามคำถามที่ยากๆเราสามารถตอบคำถามได้โดยการใช้คำง่ายๆ อธิบาย สมุดภาพและอัลบั้มรูปจะเป็นตัวช่วยที่ดี เด็กๆชอบเรื่องราวเกี่ยวกับตัวเขาเอง เราสามารถจะทำอัลบั้มรูปภาพและประวัติความเป็นมาของเด็กๆ ในช่วงวัยต่างๆ ตั้งแต่ตอนเกิดมา เช่น การพิมพ์นิ้วมือ รูปภาพ คำพูดคำแรก และการ์ดวันเกิดที่ลูกชอบ อ่านให้ลูกฟัง ลูกจะมีความสุขมากทีเดียว

8. เรียนรู้สิ่งใหม่ๆ จากสิ่งรอบตัว เราไม่จำเป็นจะต้องใช้ของเล่นราคาแพง หรือเครื่องเล่นที่มีความยุ่งยากซับซ้อน แต่เราสามารถจะใช้สิ่งที่อยู่รอบๆ ตัว เป็นเครื่องมือที่ทำให้ลูกเกิดการเรียนรู้ได้ เช่น การพาลูกไปเดินสำรวจสวนสาธารณะหรือชายหาด สำรวจต้นไม้ดอกไม้ สะสมเปลือกหอย การเรียนรู้เหล่านี้สำหรับเด็กเป็นเรื่องที่สนุกและท้าทาย

9. ใส่ใจกับความรู้สึกของลูก บางครั้งลูกอาจจะไม่สามารถหาคำศัพท์ที่จะอธิบายให้เราฟังได้ ว่าเขารู้สึกกลัวหรือเศร้า เด็กทารกหรือเด็กเล็กๆ จะกลัวสิ่งใหม่ๆ และยากต่อการปรับตัวกับสิ่งที่แตกต่างจากเดิม เช่นกลัวคนแปลกหน้าหรือสิ่งที่ไม่มีตัวตน กลัวความมืด กลัวเสียงที่ดัง อย่าล้อลูกและคิดว่าเป็นเรื่องที่น่าขบขันแต่เราควรอธิบายให้ลูกฟังด้วยคำพูดที่เข้าใจง่าย ไม่ควรหลอกหรือทำให้รู้สึกว่าสิ่งแวดล้อมรอบตัวนั้นเป็นสิ่งน่ากลัว

10. การให้รางวัลหรือของพิเศษ หากพ่อแม่อยากจะให้ลูกมีความประพฤติที่ดี
ให้เราใส่ใจและเสริมแรงเมื่อลูกทำในสิ่งที่ถูกต้อง เพื่อเป็นการเสริมแรงให้ลูกอยากทำสิ่งเหล่านั้นมากขึ้น
แต่จำไว้ว่ารางวัลที่ดีที่สุดสำหรับลูกคือเวลาและการใส่ใจ
ใช้เวลาเล่นและมีความสุขร่วมกันกับลูกเป็นสิ่งที่ไม่ต้องเสียเงินทองมากมาย
แค่ไปเดินเล่นที่สวนสาธารณะหรือที่ชายหาด ไปปีกนิกร่วมกันกับลูก ก็ทำให้ลูกมีความสุขมากมายแล้ว

ผู้เขียนมั่นใจว่าทั้ง 10 ข้อที่กล่าวไปทั้งหมดนี้เป็นสิ่งที่คุณพ่อคุณแม่ทำเพื่อลูกได้ไม่ยากเลย จริงไหมคะ?

ขอบคุณที่มา ASTVผู้จัดการออนไลน์ วันที่ 7 กุมภาพันธ์ 2559