



ภาษา

ความเป็นตัวของตัวเองในเด็กวัยเตาะแตะ

ความเป็นตัวของตัวเองในเด็กวัยเตาะ แตะ

บทความ

พ.ย. 14, 2024

2 นาที

ในกระบวนการเติบโต ลูกน้อยจะสร้างบุคลิกภาพ ความมั่นใจในตัวเอง และความเป็นตัวของตัวเอง
จึงเป็นเรื่องยากที่คุณแม่จะรู้ว่าเวลาไหนควรแนะนำ หรือให้ลูกตัดสินใจเอง

จากการอยู่ห่างกันครั้งแรก สู่การพัฒนาความเป็นตัวของตัวเอง

อายุ 8 เดือน ลูกจะเริ่มเข้าใจว่าลูกและแม่เป็นคน 2 คนที่สามารถแยกจากกันได้ ซึ่งเป็นสาเหตุหนึ่งของความกลัวที่ลูกร้องไห้บ่อยๆ เมื่อลูกพ้นช่วงทารกและเมื่อเจอคนแปลกหน้า สิ่งนี้เรียกว่า distraction anxiety เขาจะเริ่มเรียนรู้หลักการของความแตกต่างอย่างช้าๆ เมื่ออายุประมาณ 18 เดือน ลูกจะเริ่มจำตัวเองได้เมื่อส่องกระจก ซึ่งเป็นจุดตัดของการเริ่มสร้างลักษณะนิสัยเฉพาะตัว และเป็นการเริ่มต้นของ “อาการต่อต้าน” เมื่อบอกว่าจะไปอาบน้ำ (ซึ่งปกติเธอชอบอาบน้ำ) แต่งตัวหรือกินอาหาร ลูกมักจะสายหน้าปฏิเสธ ซึ่งคุณแม่ต้องทำการยืนยันกับลูกอีกครั้ง ในช่วงนี้ลูกจะแสดงออกถึงความมั่นใจในตนเอง แต่ไม่ใช่การเริ่มต้นของลักษณะนิสัยที่แปรปรวน ลูกเริ่มรู้จักตัวเอง และต้องการบอกให้คุณแม่รับรู้ จากที่คุณแม่เคยเป็นผู้ตัดสินใจ แต่ตอนนี้กลายเป็นลูกที่เป็นคนตัดสินใจแล้ว อย่างไรก็ตาม สัญญาณเหล่านี้อาจเป็นจุดเริ่มต้นของอาการต่อต้านในปีถัดไป



คุณแม่จะมีวิธีอย่างไรในการรับมือกับพฤติกรรมเหล่านี้

คุณแม่ไม่ควรเป็นผู้นำลูกในทุกๆเรื่อง แต่ควรฟังการร้องขอจากลูกบ้าง เพราะมันเป็นสัญญาณว่าลูกมีการเติบโตอย่างปกติ การแต่งตัวด้วยตัวเองอาจใช้เวลานาน แต่ต่อมาเมื่อเขาโตขึ้น เขาจะช่วยประหยัดเวลาให้คุณแม่ได้ คุณแม่สามารถช่วยเขาทางอ้อมได้ โดยการเลือกเสื้อผ้าที่สวมใส่สบาย (ไม่มีซิป หรือกระดุม) รองเท้าผูกเชือก และซื้อช้อนส้อมพลาสติกให้ลูกใช้รับประทานอาหารคุณแม่ต้องมีความหนักแน่น ไม่เปลี่ยนไปเปลี่ยนมา และพูดให้ตรงประเด็น การอาบน้ำเป็นเรื่องจำเป็น ไม่ว่าลูกจะชอบหรือไม่ คุณพ่อคุณแม่เป็นผู้ตั้งและใช้กฎต่างๆ ในบ้าน หากลูกอยากแต่งตัวเอง ลองให้เวลาลูกให้นานพอจนกว่าเขาจะใส่เสื้อเองได้ หากลูกอยากเล่นชิงช้าต่ออีก 5 นาที ก็ปล่อยให้เขา แต่ต้องยึดเวลา 5 นาทีนั้นจริงๆ และให้เลิกเล่นทันทีเมื่อหมดเวลา

มือเย็นที่วุ่นวาย

เมื่อคุณแม่ทำอาหารจานใหม่ และลูกพูดแต่ว่า “ไม่ หนูไม่ชอบ หนูไม่เอาอันนี้” เด็กช่วงอายุ 2-10 ปี มักมีอาการนี้ เรียกว่า การกลัวอาหารประเภทใหม่ๆ ลูกน้อยไม่ควรกินเฉพาะอาหารที่เขาชอบ แต่

ต้องกินอาหารให้ครบถ้วนทั้ง5หมู่ คุณแม่ไม่ควรบังคับให้ลูกกิน หากลูกไม่ยอมกินปลา เนื้อสัตว์ และผัก คุณแม่อาจลองทำพายเนื้อ หรือผสมชีสกับผักเพื่อให้ลูกกินได้ง่ายขึ้น การทำตัวอย่างให้ลูก เห็นเป็นเรื่องที่สำคัญเช่นกัน การทำให้ดูไม่เพียงทำให้ลูกกินอาหารนั้นได้ แต่ลูกอาจชอบอาหาร นั้นๆด้วย โดยคุณแม่อาจพาลูกไปซื้อของที่ซูเปอร์มาร์เก็ตและทำอาหารด้วยกัน ลูกน้อยจะมีความสุขและสนุกเมื่อได้กินอาหารที่ทำเอง