



เด็กเรียนรู้ช้า ไอคิวต่ำ มีลักษณะอย่างไร พร้อมวิธีกระตุ้นพัฒนาการลูก

ภาษา

เด็กเรียนรู้ช้า ไอคิวต่ำ มีลักษณะอย่างไร พร้อมวิธีกระตุ้นพัฒนาการลูก

บทความแนะนำพัฒนาการลูกน้อยตามช่วงวัย 12-24 เดือน

บทความ

พ.ย. 19, 2024

8 นาที

เด็กเป็นช่วงวัยที่กำลังเรียนรู้ มองจึงมีบทบาทสำคัญต่อการเรียนรู้ของเด็กเป็นอย่างมาก พ่อแม่จึงต้องหมั่นสังเกตพฤติกรรมและเอาใจใส่ ทั้งเรื่องของอาหารที่ช่วยบำรุงสมอง และเสริมกิจกรรมที่ช่วยกระตุ้นพัฒนาการทางด้านสมอง เพื่อให้ลูกน้อยได้เรียนรู้และจดจำ ป้องกันไม่ให้เด็กมีไอคิวต่ำ และเกิดการเรียนรู้ได้ช้ากว่าเด็กวัยเดียวกัน

สรุป

- ไอคิว คือ ระดับความสามารถทางเชาว์ปัญญา หรือ ระดับความสามารถในการเรียนรู้และเข้าใจมากกว่าเด็กทั่วไปที่มีระดับสติปัญญาอยู่ในเกณฑ์เฉลี่ยอยู่ที่ 90-109 เด็กที่มีไอคิวต่ำมักจะเกิดขึ้นในเด็กที่มีไอคิวต่ำกว่าเกณฑ์เฉลี่ย หรือต่ำกว่า 90
- เด็กไอคิวต่ำ จะมีอาการคล้ายกับเด็กปกติทั่วไป แต่อาจมีวิธีการเรียนรู้ที่ช้ากว่าเพื่อน ในเด็กบางคนอาจมีปัญหาการเข้าสังคม การปรับตัวเข้ากับเพื่อน และการควบคุมอารมณ์ด้วย
- สาเหตุที่ทำให้เด็กมีไอคิวต่ำ เกิดจากความผิดปกติของสมองหรือโรคทางระบบประสาท หรือ

อาจเกิดจากการเลี้ยงดูของพ่อแม่แบบไม่เหมาะสม เช่น พ่อแม่ปกป้องลูกมากเกินไป ไม่เอาใจใส่ลูก หรือการปล่อยให้ลูกอยู่ลำพัง ทำให้ลูกไม่ได้รับการกระตุ้นพัฒนาการตามวัยจนทำให้กลายเป็นเด็กเรียนรู้ช้า

เลือกอ่านตามหัวข้อ

- เด็กเรียนรู้ช้า ลูกไอคิวต่ำ เกิดจากสาเหตุอะไร
- เด็กเรียนรู้ช้า ไอคิวต่ำ เกี่ยวกับพันธุกรรมไหม
- เด็กไอคิวต่ำ ลูกน้อยจะมีอาการอย่างไร
- ลูกไอคิวต่ำ มีพัฒนาการช้า ดูได้จากอะไรบ้าง
- เด็กเรียนรู้ช้า ไอคิวต่ำ แก้ไขยังไงดี
- แหล่งสารอาหาร บำรุงสมองให้ลูกน้อย
- กิจกรรมเพิ่มพัฒนาการ ป้องกันลูกไอคิวต่ำ

เด็กเรียนรู้ช้า ลูกไอคิวต่ำ เกิดจากสาเหตุอะไร

ไอคิว (Intelligence Quotient: IQ) คือ ระดับความสามารถทางเชาว์ปัญญา หรือ ระดับความสามารถในการเรียนรู้และเข้าใจ หรือความสามารถในการตอบสนองอย่างรวดเร็วและถูกต้องในสถานการณ์ใหม่ ๆ เด็กที่มีไอคิวต่ำหมายถึงเด็กที่มีไอคิวต่ำกว่าเกณฑ์เฉลี่ย (ต่ำกว่า 90) ทำให้เด็กมีการเรียนรู้ช้าและต้องใช้เวลามากกว่าเด็กทั่วไปที่มีระดับสติปัญญาอยู่ในเกณฑ์เฉลี่ย (90-109) โดยมีสาเหตุมาจาก

1. ความผิดปกติของสมอง

หากสมองของลูกน้อยได้รับการกระทบกระเทือน หรือมีโรคทางระบบประสาท เช่น สมองพิการ โรคลมชัก โรคไข้สมองอักเสบ ภาวะกล้ามเนื้อกระดูก ภาวะกล้ามเนื้ออ่อนแรง ทั้งหมดนี้ล้วนส่งผลให้ลูกเป็นเด็กเรียนรู้ช้าหรือมีไอคิวต่ำได้

2. สภาพแวดล้อมและการเลี้ยงดู

สภาพแวดล้อมช่วยกระตุ้นให้เด็กเกิดการเรียนรู้และสามารถพัฒนาระดับความสามารถทางเชาว์ปัญญาหรือไอคิวได้ โดยเด็กที่มีไอคิวต่ำส่วนใหญ่เกิดจากการขาดการสนับสนุนการเรียนรู้หรือขาดการกระตุ้นพัฒนาการอย่างเหมาะสม พ่อแม่ปกป้องลูกมากเกินไป ไม่เอาใจใส่ลูก หรือการปล่อยให้ลูกอยู่ลำพัง ทำให้สมองไม่ถูกกระตุ้นให้คิด แก้ปัญหา จินตนาการ จนทำให้ลูกเป็นเด็กที่เรียนรู้ช้า

เด็กเรียนรู้ช้า ไอคิวต่ำ เกี่ยวกับพันธุกรรมไหม

ไอคิว เป็นสิ่งที่ติดตัวลูกน้อยมาตั้งแต่เกิดและมีการพัฒนาขึ้นตามอายุ เด็กที่มีไอคิวต่ำส่วนหนึ่ง เกี่ยวข้องกับพันธุกรรมที่สืบทอดมาจากพ่อแม่ถึง 80 เปอร์เซ็นต์ แต่ระดับไอคิวของลูกน้อย สามารถเพิ่มหรือลดลงได้ขึ้นอยู่กับสภาพแวดล้อมและการเลี้ยงดูอีก 20 เปอร์เซ็นต์ พ่อแม่จึงต้อง เลี้ยงดูลูกน้อยด้วยความรัก ความเอาใจใส่ และต้องคอยกระตุ้นพัฒนาการตามวัยอยู่เสมอ เพื่อเพิ่ม ระดับความรู้ ความเข้าใจ และความสามารถทางปัญญาหรือไอคิวให้สูงขึ้น

เด็กไอคิวต่ำ ลูกน้อยจะมีอาการอย่างไร

อาการของเด็กไอคิวต่ำ จะมีอาการคล้ายกับเด็กปกติทั่วไป แต่อาจมีวิธีการเรียนรู้ที่ช้ากว่าเพื่อน ใน เด็กบางคนอาจมีปัญหากล้ามเนื้อ การปรับตัวเข้ากับเพื่อน และการควบคุมอารมณ์ด้วย สำหรับ ระดับของการเรียนรู้ในเด็กที่มีไอคิวต่ำ จะมีลักษณะอาการที่แตกต่างกันตามระดับไอคิว ดังนี้

- **เด็กที่มีไอคิวต่ำระหว่าง 80-89:** เด็กจะเรียนรู้ได้ตามปกติแต่ช้า ยิ่งการเรียนรู้ด้าน วิชาการก็มักช้ากว่าเพื่อน ทำให้ผลสอบอยู่อันดับท้าย ๆ ของห้อง
- **เด็กที่มีไอคิวต่ำระหว่าง 70-79:** สถิติปัญญาจะอยู่ในเกณฑ์คาบเส้น จำเป็นต้องได้รับความ ช่วยเหลือเป็นพิเศษจึงจะสามารถเรียนรู้ได้ และมักมีผลสอบที่อยู่อันดับรั้งท้ายของห้อง มากกว่ากลุ่มก่อนหน้านี้
- **เด็กที่มีไอคิวต่ำระหว่าง 50-69:** เพราะมีความบกพร่องทางสติปัญญาในระดับน้อย เด็ก จะสามารถเรียนรู้ระดับวิชาการได้ในระดับหนึ่งและเรียนรู้ได้ช้า สามารถอ่านออกเขียนได้แต่ ใช้เวลานานกว่าเด็กในวัยเดียวกัน และจำเป็นต้องมีคนสอนประกบแบบต่อตัว

แม้เด็กทั้ง 3 กลุ่มนี้ จะเป็นเด็กที่เรียนรู้ด้านวิชาการได้ช้ากว่าเด็กรุ่นเดียวกัน แต่อาจมีความ สามารถทางด้านกีฬา ดนตรี ศิลปะ หรือกิจกรรมอื่น ๆ และสามารถประกอบอาชีพเลี้ยงดูตัวเองใน อนาคตได้

ลูกไอคิวต่ำ มีพัฒนาการช้า ดูได้จากอะไรบ้าง

ลูกไอคิวต่ำ คุณแม่สามารถสังเกตลูกด้วยตัวเอง หรืออาจสอบถามกับคุณครูผู้สอน หากสงสัยว่าลูก มีความสามารถในการเรียนรู้ที่ช้ากว่าเด็กในวัยเดียวกัน สามารถพาลูกเข้ารับการประเมินจาก แพทย์ โดยแพทย์จะทำการตรวจร่างกาย ชักประวัติ เพื่อหาสาเหตุที่ทำให้เด็กมีปัญหาด้านการ เรียนรู้ ประเมินพฤติกรรมและอารมณ์ จากนั้นจะส่งต่อให้นักจิตวิทยาเด็กเพื่อประเมินระดับไอคิว ให้กับลูก ลูกไอคิวต่ำอาจเกิดได้จากปัญหาสุขภาพ เช่น สายตาสั้น ภาวะโลหิตจาง ที่อาจส่งผลให้ เด็กมีปัญหาในเรื่องการเรียน



เด็กเรียนรู้ช้า ไอคิวต่ำ แก้ไขยังไงดี

เมื่อลูกเป็นเด็กที่มีพัฒนาการช้าและไอคิวต่ำ คุณแม่ควรช่วยเสริมพัฒนาการด้านต่าง ๆ ให้กับลูก เพื่อเพิ่มทักษะและความสามารถทางการเรียนรู้ ดังนี้

1. ส่งเสริมให้ลูกเล่นดนตรีและกีฬา

การเล่นกีฬาช่วยเพิ่มการเรียนรู้ให้ลูก ร่างกายและสมองเกิดการตื่นตัว กระปรี้กระเปร่า และอารมณ์ดี พร้อมเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ อยู่ตลอดเวลา รวมถึงการเล่นดนตรีสามารถช่วยส่งเสริมจินตนาการ ให้ลูกมีความคิดสร้างสรรค์ ลูกน้อยจึงมีการเรียนรู้ที่ดียิ่งขึ้น

2. ให้ลูกเล่นกับเด็กวัยเดียวกัน

พ่อแม่ควรปล่อยให้ลูกเล่นกับเพื่อนวัยเดียวกัน เพื่อให้ลูกได้ฝึกทักษะการปรับตัวเข้ากับผู้อื่น รู้จักการอยู่ร่วมกันกับผู้อื่น และรู้จักควบคุมอารมณ์ตัวเอง

3. อ่านหนังสือทุกวัน

คุณแม่ควรฝึกให้ลูกได้อ่านหนังสือซ้ำ ๆ หลายครั้ง เพื่อให้เกิดการจดจำ เช่น ฝึกลูกให้สะกดคำ 5 คำ ซ้ำ 5 ครั้ง ครั้งละ 10 นาที โดยช่วงแรกคุณแม่อาจใช้รูปภาพในการช่วยอ่าน เพื่อช่วยให้ลูกน้อยจดจำคำศัพท์ได้ง่ายขึ้น

4. ให้ลูกเรียนรู้จากสิ่งรอบตัว

คุณแม่สามารถเสริมการเรียนรู้ให้ลูกด้วยการใช้ชีวิตประจำวัน เช่น ให้ลูกลองนับเงินทอนที่เหลือจากการไปซื้อของ หรือตัดแบ่งชิ้นเค้กตามจำนวนสมาชิกในครอบครัว การอ่านป้ายโฆษณา ซึ่งสิ่งเล็ก ๆ เหล่านี้จะช่วยให้เด็กสามารถนำความรู้มาแก้ไขปัญหาในชีวิตของตัวเองได้อย่างถูกวิธี

5. หมั่นพูดคุยโต้ตอบกับลูก

พ่อแม่ควรเสริมพัฒนาการด้านการพูดด้วยการพูดคุยโต้ตอบกับลูกอย่างซ้ำ ๆ และควรออกเสียงให้ชัดเพื่อเป็นการกระตุ้นทักษะการพูด ควบคู่ไปกับการอ่านนิทานให้ลูกฟังอย่างสม่ำเสมอ

6. ให้ลูกได้ลองทำอะไรใหม่ ๆ

เด็กที่เรียนรู้ช้ามักจะขาดความมั่นใจ คุณแม่ควรสนับสนุนให้ลูกได้ทดลองทำกิจกรรมใหม่ ๆ จากสิ่งง่าย ๆ ก่อน อาจคอยแนะนำ ชื่นชมลูก และให้กำลังใจอยู่ห่าง ๆ เพื่อเสริมความมั่นใจให้กับลูก เมื่อลูกทำพลาดต้องไม่ตำหนิ เพื่อให้ลูกได้ค้นหาความสามารถอื่น ๆ ที่เด็กชื่นชอบและเกิดความภาคภูมิใจในตนเอง

7. สอนให้ลูกรู้จักการควบคุมอารมณ์ตัวเอง

หากลูกมีปัญหาด้านการเข้าสังคม ไม่สามารถควบคุมอารมณ์ของตัวเองได้ เช่น โมโหง่ายหรือเด็กสมาธิสั้น คุณพ่อคุณแม่สามารถขอคำแนะนำ เลือกกิจกรรมบำบัดจากนักจิตวิทยาหรือแพทย์เพื่อส่งเสริมและกระตุ้นพัฒนาการให้ลูก และความร่วมมือของทุกคนในครอบครัวก็สำคัญเหมือนกัน เพื่อให้เด็กสามารถอยู่ร่วมกับเพื่อน ๆ หรือผู้อื่นได้อย่างมีความสุข

แหล่งสารอาหาร บำรุงสมองให้ลูกน้อย

ในแต่ละวันเด็กต้องการสารอาหารมากมายเพื่อเสริมสร้างร่างกายและสมองให้เติบโตอย่างสมบูรณ์และแข็งแรง โดยเฉพาะอาหารสมองสำหรับเด็กที่มาจากแหล่งโภชนาการสำคัญที่ช่วยเสริมสร้าง

ประสาทและสมองให้แก่ลูกน้อย ได้แก่

- **นมแม่:** นมแม่อุดมไปด้วยสารอาหารมากกว่า 200 ชนิด เช่น ดีเอชเอ แคลเซียม วิตามิน โคลีน และแอลฟาแล็ค สฟิงโกไมอีลินที่มีส่วนสำคัญในการพัฒนาระบบประสาทและสมองที่ส่งผลต่อการเรียนรู้ของลูกน้อย
- **พืชตระกูลถั่ว:** ในอาหารจำพวกถั่วและธัญพืช อุดมไปด้วยสังกะสี เหล็ก วิตามินอี วิตามินบีรวม ที่มีความสำคัญต่อการทำงานของสมอง ทั้งยังอุดมไปด้วยโปรตีนและกรดไขมันที่จำเป็นต่อร่างกายของเด็กอีกด้วย ทั้งนี้ ควรระมัดระวังการรับประทานพืชตระกูลถั่วในเด็กเล็ก และเด็กกลุ่มที่แพ้ถั่ว ควรปรึกษาแพทย์เพื่อขอข้อมูลทางโภชนาการ ในกรณีไม่มั่นใจ
- **ปลาทะเล:** ปลาทะเล เช่น แซลมอน ทูน่า หรือปลาซาดิน เป็นแหล่งของกรดไขมันที่จำเป็น มีดีเอชเอที่ช่วยในการสร้างและพัฒนาสมองของเด็กที่ส่งผลต่อพัฒนาการและไอคิวของลูกน้อย
- **เนื้อสัตว์:** ในเนื้อสัตว์เป็นแหล่งของแร่ธาตุที่สำคัญอย่างสังกะสีและธาตุเหล็ก ช่วยเรื่องของระบบประสาทและสมอง ทำให้ลูกน้อยมีสมาธิที่ดี และยังส่งผลต่อกระบวนการทางความคิดของเด็กอีกด้วย

กิจกรรมเพิ่มพัฒนาการ ป้องกันลูกไอคิวต่ำ

เมื่อลูกยังเล็กคุณแม่ควรส่งเสริมให้ลูกมีพัฒนาการตามวัย เพื่อช่วยกระตุ้นให้ลูกน้อยเกิดการเรียนรู้ การจดจำ จากกิจกรรมต่าง ๆ ที่ทำ ดังนี้

1. **ชวนลูกเล่น:** การเล่นช่วยเสริมพัฒนาการด้านต่าง ๆ ของลูกน้อยได้ดี อย่างเช่น การเล่นต่อบล็อกไม้ จะช่วยให้ลูกมีไหวพริบ รู้จักคิด วางแผน และแก้ปัญหาให้สำเร็จตามเป้าหมายได้ หรือเกมจับคู่เพื่อกระตุ้นให้ลูกน้อยได้รู้จักสังเกตแยกแยะรูปทรงของสิ่งของหรือสีสันต่าง ๆ หรือการวิ่งเล่นกับเพื่อน ๆ เพื่อให้ลูกน้อยได้ออกกำลังกาย ฝึกการเข้าสังคม และเรียนรู้ที่จะอยู่ร่วมกับผู้อื่น
2. **ระบายสีเสริมจินตนาการ:** การวาดภาพระบายสีเป็นกิจกรรมที่จะช่วยให้เด็กได้ทำตามจินตนาการของตัวเอง ทำให้เด็กรู้จักคิด และกล้าแสดงออก ผ่านผลงานที่ทำได้เป็นอย่างดี
3. **เล่านิทานให้ลูกฟัง:** เด็กจะรับรู้และเข้าใจในเรื่องราวผ่านกุญแจนิทาน ช่วยเสริมพัฒนาการด้านสติปัญญา ทำให้สมองส่วนต่าง ๆ เชื่อมโยงกันได้ดีมากขึ้น เด็กจะเรียนรู้ได้ไว นำไปสู่การพัฒนาสมองให้ดียิ่งขึ้น

เด็กเป็นวัยที่ต้องการความรักและการเอาใจใส่มากที่สุด การละเลยไม่สนใจลูก ทำให้พ่อแม่พลาดช่วงเวลาสำคัญที่ช่วยกระตุ้นให้ลูกน้อยเกิดการพัฒนารับรู้ได้อย่างเหมาะสม เมื่อปล่อยให้เวลาล่วงเลยไปนาน อาจทำให้ลูกเป็นเด็กที่มีไอคิวต่ำ เรียนไม่ทันเพื่อน หากไม่แน่ใจว่าลูกเป็นเด็กเรียนรู้ช้าหรือไม่ มีพัฒนาการตามวัยหรือไม่ สามารถปรึกษากุมารแพทย์เพื่อขอทดสอบพัฒนาการและไอคิวของลูกได้

*นมแม่มีสารอาหารกว่า 200 ชนิด รวมทั้ง แอลฟาแล็ค [แอลฟาแล็คตัลบูมิน] และ สฟิงโกไมอีลิน

บทความแนะนำสำหรับพัฒนาการลูกน้อย

- โปรแกรม Baby Development เข้าใจพัฒนาการลูกน้อยแต่ละช่วงวัยเพื่อการเตรียมพร้อมของคุณแม่

- โปรแกรม PlayBrain ยิ่งเล่น สมอยิ่งเล่น โปรแกรมพัฒนาทักษะสมองลูกน้อยให้ตรงตามช่วงวัย ออกแบบโดยผู้เชี่ยวชาญสมองระดับโลก
- พัฒนาการเด็ก 1 เดือน พร้อมวิธีเสริมพัฒนาการลูก
- พัฒนาการเด็ก 2 เดือน พร้อมวิธีเสริมพัฒนาการลูก
- พัฒนาการเด็ก 3 เดือน พร้อมวิธีเสริมพัฒนาการลูก
- พัฒนาการเด็ก 4 เดือน พร้อมวิธีเสริมพัฒนาการลูก
- พัฒนาการเด็ก 5 เดือน พร้อมวิธีเสริมพัฒนาการลูก
- พัฒนาการเด็ก 6 เดือน พร้อมวิธีเสริมพัฒนาการลูก
- พัฒนาการเด็ก 7 เดือน พร้อมวิธีเสริมพัฒนาการลูก
- พัฒนาการเด็ก 8 เดือน พร้อมวิธีเสริมพัฒนาการลูก
- พัฒนาการเด็ก 9 เดือน พร้อมวิธีเสริมพัฒนาการลูก
- พัฒนาการเด็ก 10 เดือน พร้อมวิธีเสริมพัฒนาการลูก
- พัฒนาการเด็ก 11 เดือน พร้อมวิธีเสริมพัฒนาการลูก
- พัฒนาการเด็ก 1 ขวบ พร้อมวิธีเสริมพัฒนาการลูก

อ้างอิง:

1. เด็กเรียนรู้ช้า คู่มือสำหรับพ่อแม่/ผู้ปกครอง, สถาบันราชานุกูล กรมสุขภาพจิต
2. เซาว์นั้ปัญหาคืออะไร ?, คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล
3. ไอคิว (IQ), โรงพยาบาลพระราม 9
4. IQ และ EQ กับพัฒนาการความฉลาดของลูกน้อย, โรงพยาบาลเปาโล
5. เทคนิคพัฒนา IQ & EQ เพื่อพัฒนาการลูกน้อย, โรงพยาบาลเปาโล
6. วิธีกระตุ้นพัฒนาการ แก้ปัญหาพัฒนาการล่าช้าในเด็ก, โรงพยาบาลสินแพทย์
7. สารอาหารสำคัญ เพิ่มพัฒนาการทางสมองให้ลูกรัก, โรงพยาบาลศิริรินทร์
8. อาหารเด็กบํารุงสมองที่พ่อแม่ควรรู้, Pobpad

อ้างอิง ณ วันที่ 9 สิงหาคม 2567





คุณแม่ตั้งครรภ์



แม่ผ่าคลอด



ดูแลลูกตามช่วงวัย



ภูมิแพ้ในเด็ก

สปิงโก
โมอีลิน

สปิงโกโมอีลิน



พัฒนาการสมองลูกน้อย



การขับถ่ายลูกน้อย



คุณแม่ให้นมบุตร



เครื่องมือตัวช่วยคุณแม่



อาหารเด็ก



S-Mom Club



ข้อมูลผลิตภัณฑ์