รายงานพิเศษ

เด็กเก่งสร้างได้ หาก'พ่อ-แม่'ใส่ใจ

พัฒนาการเด็กเป็นเรื่องสำคัญและจำเป็นต้องวางรากฐานให้ดีที่สุด แต่ปัจจุบันยังพบว่าเด็กไทยมีพัฒนาการล่าช้าจำนวนมาก แม้ว่าจะมีคลินิกเด็กดี (Well Child Clinic) เพื่อให้เด็กปฐมวัยได้รับการคัดกรองและส่งเสริมพัฒนาการแล้วก็ตาม แต่ยังพบว่า พ่อแม่-ผู้เลี้ยงดู ซึ่งเป็นบุคคลสำคัญที่สุดในการส่งเสริมพัฒนาการเด็กยังขาดความตระหนักและความรู้ในการเลี้ยงดูเด็กอย่างเหมาะสม

การสร้างพัฒนาการนั้น สามารถทำได้ที่บ้านโดยผ่านการเล่นและกิจวัตรประจำวัน ซึ่งไม่จำเป็นต้องใช้เวลามากหรือของเล่นราคาแพง แต่การที่เด็กได้เล่นกับพ่อแม่ บุคคลสำคัญที่สุดของลูก ได้ฝึกทักษะต่างๆ ระหว่างเล่นในบรรยากาศที่สนุกสนานและอบอุ่น เพียงเท่านี้เด็กจะได้รับการส่งเสริมพัฒนาการทางสมองจากกิจกรรมที่เล่นและมีพัฒนาการทางอารมณ์และสังคมที่ดีจากการได้ใช้เวลาที่ดีกับพ่อแม่



กรมสุขภาพจิต ได้จัดทำองค์ความรู้ **"ลูกฉลาด หัวไว เพราะความใส่ใจของพ่อแม่"** ดาวน์โหลดได้ที่ www.rajanukul.go.th และ www.prdmh.com โดยร่วมมือกับ วิทยาลัยนานาชาติ สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง พัฒนาแอพพลิเคชั่น CAMHS-Aid ขึ้น เพื่อช่วยบุคลากรในสถานพยาบาลในการวินิจฉัยอาการทางจิตเวชในเด็กและวัยรุ่น พร้อมให้คำแนะนำพ่อแม่ผู้ปกครอง สามารถดาวน์โหลดได้ทั้งในระบบ Android และ ios

การสร้างความฉลาดให้กับเด็ก **'พญ.อัมพร เบญจพลพิทักษ์'** ผอ.สถาบันราชานุกูล อธิบายว่า บันไดขั้นแรกที่สำคัญ คือ การสร้างวินัย โดยการฝึกสมาธิ ฝึกการวางแผนล่วงหน้า ฝึกระเบียบวินัย ฝึกการแก้ปัญหาเฉพาะหน้า ฝึกความรับผิดชอบ และฝึกควบคุมตนเอง ถัดมา คือ การเตรียมความพร้อมทักษะพื้นฐานด้านคณิตศาสตร์และการอ่าน ซึ่งจากการศึกษาในต่างประเทศ พบว่า เด็กที่ได้รับการเตรียมความพร้อมทักษะทั้ง 2 ด้านนี้มักจะเรียนได้ดีกว่าเมื่อเข้าเรียนชั้นอนุบาล และพบว่า ทักษะด้านคณิตศาสตร์เกี่ยวข้องกับการทำนายความสามารถในอนาคตได้มากที่สุด ตามด้วยทักษะด้านการอ่านและสมาธิ

พ่อแม่เป็นบุคคลสำคัญที่จะช่วยสนับสนุนให้เด็กประสบความสำเร็จเมื่อเข้าโรงเรียนได้ มีเทคนิค 9 ข้อคือ

1.ยอมรับและเข้าใจในสิ่งที่เด็กเป็นทั้งข้อดีและข้อด้อย การให้ความเข้าใจเป็นความรักอย่างหนึ่งที่พ่อแม่ควรให้ลูกอย่างสม่ำเสมอ 2.ร่วมมือกันวางแผนเพื่อลูก แบ่งหน้าที่ช่วยเหลือกันในการดูแลลูกด้านต่างๆ 3.พ่อแม่และครูต้องเป็นทีมเดียวกัน 4.ให้ลูกค้นหาสิ่งใหม่ๆ สิ่งที่ชอบ ช่วยให้ลูกกล้าคิดกล้าทำ 5.คอยให้กำลังใจ 6.ลดการเปรียบเทียบ ถ้าต้องการให้ลูกเป็นอย่างไรให้บอกลูกตรงๆ 7.ฝึกให้ช่วยเหลือตนเองในกิจวัตรประจำวัน เช่น การแปรงฟัน ล้างหน้า อาบน้ำ แต่งตัว จัดเตรียมของไปโรงเรียน การใช้เงิน 8.มอบหมายงานบ้านให้สมวัย 9.ฝึกระเบียบวินัย เพื่อให้รู้ว่าอะไรถูกอะไรผิด อะไรทำได้และทำไม่ได้



พญ.อัมพร