

บ้านแห่ง “ความรัก” และ “การเรียนรู้”

คลินิกพัฒนาการเด็ก

สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว



บ้านเป็นพื้นฐานที่สำคัญของชีวิต การเรียนรู้ภายในบ้านสามารถเกิดขึ้นได้ตลอดทั้งวัน พ่อแม่ควรฝึกให้ลูก “ลงมือทำ” และ “ใช้ความคิด” ผ่านกิจวัตรประจำวันและการทำงานต่างๆ ในบ้าน การพูดคุยควรสอดแทรกเรื่องของเหตุและผล (การกระทำทุกอย่างมีเหตุผลอยู่เบื้องหลังเสมอ) เช่น คุณแม่ล้างผัก เพราะมันสกปรก คุณพ่อรดน้ำต้นไม้ เพราะ ต้นไม้ต้องกินน้ำ ไอศกรีมต้องเก็บในตู้เย็นเพื่อไม่ให้มันละลาย อากาศหนาวเลยต้องห่มผ้า

การเลือกใช้ภาษาที่เหมาะสมกับระดับพัฒนาการของลูกมีความสำคัญ เด็กที่ยังไม่ค่อยมีภาษา พ่อแม่ควรพูดพาดัชนีขณะทำกิจกรรมต่างๆ ให้เด็กได้ “รับรู้ถึงความเชื่อมโยง” เหตุและผลของสิ่งต่างๆ ได้ฟังคำที่หลากหลายมากขึ้น เด็กที่มีภาษาแล้วพ่อแม่อาจชวนเด็กพูดคุยถามคำถามให้เด็กรู้สึกสนุกกับการได้ “ลงมือทำ” และ “ใช้ความคิด” ภายใต้ความรัก ความอบอุ่นภายในครอบครัว

1. ฝึกการเรียนรู้ “เหตุและผล” จากกิจวัตร/กิจกรรมภายในบ้าน

- เด็กที่ยังไม่ค่อยมีภาษา – ใช้คำสั้นๆ “เชื่อมโยงเหตุและผล” และให้เด็กแสดงออกผ่านการกระทำ

- i. หลังเด็กอาบน้ำเสร็จ แทนที่คุณแม่จะรีบเช็ดตัวให้ลูก คุณแม่ใช้ภาษาพูดคุยให้ลูกได้คิด “ลูกตัวเปียก เอ! ผ้าเช็ดตัวอยู่ไหนนะ”

(“พากย์คำ” ให้เด็กรู้จักก่อน) ต่อมาจึงเริ่มทำให้ซับซ้อนมากขึ้น
“ลูกตัวเปียก หนูจะเอาอะไรเช็ดล่ะ” (เด็กอาจจะเริ่มตอบได้.....ผ้า ผ้า
แล้วชี้ไปที่ราว)

ii. “ตัวเปียก หนาวไหมลูก ทำยังไงดี”

○ เด็กที่มีภาษาบ้าง พูดเป็นคำๆ หรือ วลี - ผีก “พากย์คำ” ที่เป็น “เหตุและผล”
ให้เด็กได้ยินบ่อยๆ

i. งานสกปรกจัง ไปล้างงานกันดีกว่า

ii. โอ๊ย! ร้อนจัง ทำยังไงดี (เปิดพัดลม เปิดแอร์ อาบน้ำ...)

iii. “หิว”จัง ไปกินข้าวกันลูก”

iv. ลูกโมโหมากจนต้องตีแม่เลยหรือลูก....

○ เด็กที่พูดได้เป็นประโยคหลากหลายแล้ว

i. ร้อนจังเลย ทำยังไงดี....เปิดพัดลมหรือเปิดแอร์....อันไหนดีกว่ากัน...หนู
ชอบอันไหนมากกว่า... เพราะอะไร.... แต่พ่อว่าไปอาบน้ำน่าจะดีกว่านะ
... (ฝึกการโต้เถียง ต่อรอง)

ii. ขณะนั่งกิน Pepsi ด้วยกัน ทำไมเขาต้องใส่น้ำแข็งด้วยล่ะ.....จะใส่น้ำเย็น
หรือใส่น้ำน้อย... ใส่น้ำเย็นกับใส่น้ำน้อยมันต่างกันยังไง...

iii. ช่วยแม่ล้างผัก เราจะล้างผักก่อนดีหรือว่าเอาลงกะทะเลยล่ะ ...
ทำไมล่ะคะ...แล้วถ้าไม่ล้างมันจะเป็นยังไง... จะเกิดอะไรขึ้น.....

iv. เดินเล่นกับพ่อในสวน....ถ้าเราไม่รดน้ำต้นไม้ ต้นไม้มันจะเป็นยังไง...



2. ฝึก “คิดแก้ปัญหา” จากกิจวัตรประจำวันง่ายๆ

○ แกล้งทำผิดทำถูก ในกิจวัตรประจำวัน เพื่อให้เด็กหัด “คิดแก้ปัญหา” แล้วช่วยกันคิดหาทางออก (เป้าหมายไม่ใช่การแกล้งลูกหรือสร้างปัญหาให้ลูก แต่คือการ “สร้างโอกาส” ให้ลูกได้ “เจออุปสรรค” และ “คิดแก้ปัญหา”) ผ่านสิ่งที่ทำเป็นประจำธรรมดาๆทุกวัน

- ลูกอยากออกนอกบ้าน.. หยิบรองเท้าพ่อให้ลูกใส่... หยิบรองเท้าแม่ให้... สุดท้าย ช่วยกันหารองเท้าลูก หายไปไหนนะ.... ไปเจอซ่อนอยู่ใต้ตู้ลูกต้องคลานเข้าไปเอา
- นั่งกินข้าว บนโต๊ะมีแต่ตะเกียบ ไม่มีช้อนส้อม...เอานมกล่องให้ลูกแต่ไม่มีหลอด...
- ลูกชอบเปิดตู้เย็นหาของกิน วันนี้เปิดตู้เย็น ไม่มีของกินอะไรเลย...
- กินไข่ต้ม และชอบใส่ซอสแม็กก็เองทุกวัน วันนี้หยดซอสแล้วไม่มีอะไรออกมา
- เช้าวันนี้รถ start ไม่ติด แล้วเราจะไปเที่ยวกันได้ยังไงละเนี่ย
- เมื่อคืนฝนตก รองเท้านักเรียนเปียก วันนี้จะใส่อะไรไปโรงเรียนดี

3. การฝึกเรียบเรียงความคิด

- หลังจากที่ถูกช่วยคุณแม่ทำไข่เจียวทุกวัน คุณแม่พูดคุยกับลูก สอนคำศัพท์ต่างๆ และช่วยแม่ด้วยการ “ลงมือทำ” ขั้นตอนต่างๆได้คล่องแคล่วแล้ว คุณแม่ฝึกให้ลูกหัดเรียบเรียงความคิด ฝึกการเรียงลำดับขั้นตอน แล้วสื่อเป็นภาษา
- เดี่ยวเราไปทำไข่เจียวกันดีกว่า เอ้! ไข่เจียวทำยังไงนะ ช่วยบอกแม่หน่อย... ให้ลูกบอกของที่ต้องใช้...แล้วทำยังไงต่อคะ...เก่งจัง....แล้วยังไงอีก.....แล้วทำยังไงมันถึงจะสุกล่ะคะ.... เอ้! แล้วถ้าอยากให้มีมันเค็มๆหน่อย ทำยังไงล่ะลูก... ทำเสร็จแล้วจะเอาใส่จานหรือใส่แก้วดี....อ้าว! ทำไมเอาใส่แก้วไม่ได้ล่ะคะ.....

4. ฝึกการคิด สื่อสาร และ “ลงมือทำ”

- ช่วยพ่อแม่เตรียมของไปเที่ยวไปเที่ยวทะเลช่วยกันคิดจะเอาอะไรไปบ้าง... ถ้าจะเล่นทราย ต้องใช้อะไร...เอ้! ตอนว่ายน้ำลูกต้องใส่อะไรนะ....แล้วอะไรช่วยให้ลูกลอยน้ำได้ล่ะ....แล้วถ้าตัวเปียจะทำยังไงล่ะ....ถ้าเราหิวตอนอยู่ในรถจะทำยังไง...ไปสามวัน เอาเสื้อไปก็ตัวดินะ....คุณแม่ให้ลูกเดินไปหยิบของและจัดของใส่กระเป๋าเอง

5. “การใช้ภาษาของพ่อแม่” ช่วยกระตุ้นให้ลูก รู้จักใช้ความคิดมากขึ้น

- ลูกของพ่อแม่ “ความคิดยอดเยี่ยม จริงๆ”
- ไหน ใครมี “ความคิดดี” บ้าง
- เรามาช่วยกัน “คิดแก้ปัญหา” ดีกว่า
- แม่คิดว่า หนูต้องมี “เหตุผล” อะไรบางอย่างแน่ๆเลย



6. ตัวอย่างกิจกรรมงานบ้านเพื่อช่วยส่งเสริมสัมพันธภาพในครอบครัวและการฝึก “ลงมือทำ” นอกจากนั้นยังช่วยด้านกล้ามเนื้อเล็ก กล้ามเนื้อมัดใหญ่ ระบบบูรณาการประสาทสัมผัส (โดยคุณแม่ผู้ออกแบบ)

- ซักผ้า, แปรงผ้า
 - ได้เรื่องการเรียนรู้ของข้อต่อ, การทำงานประสานกันระหว่างมือกับสายตา, การสัมผัส
- ตากผ้าโดยใช้ไม้หนีบผ้า
- ได้ใช้นิ้วชี้และนิ้วหัวแม่มือและเพิ่มกิจกรรมได้คือใช้เชือกผูกตะกร้าไม้หนีบแขวนให้สูงเวลาเด็กจะหยิบไม้หนีบก็ต้องสาวเชือกช่วยฝึกการมองเห็นและแขนสองข้างทำงานร่วมกัน (ใส่ผ้าในกะละมังให้หนักแล้วช่วยผลัก, ดึง/ก็ฝึกการเรียนรู้ของเอ็นและข้อ)

- พับผ้า
 - เป็นการสัมผัสและฝึกแยกหมวดหมู่
- ดูพื้นด้วยผ้า
 - ได้เรื่องการรับรู้ของเอ็นและข้อ, เรื่องสัมผัส, การวางแผนการเคลื่อนไหวโดยเฉพาะเวลาถูบันไดแต่ต้องระวังตกนะคะ
- ดูพื้นด้วยไม้มีขอบ
 - ได้การฝึกข้อมือ, แขน, การวางแผนการเคลื่อนไหว, การออกแรงผลัก, แรงดึง
- เช็ดกระจก
 - ได้เรื่องข้อ, สัมผัส หากเช็ดในตำแหน่งที่สูงแล้วต้องงยเช็ดจากซ้ายไปขวา, ขวาไปซ้ายและขึ้นลงจะได้เรื่องการเคลื่อนไหวด้วยเด็กบางคนไม่ชอบเพราะทำแล้วมีน้ำ
- ไขกุกญแจ, หมุนลูกบิดประตู
 - ฝึกการหยิบจับและการใช้ข้อมือ
- ช่วยตัดหญ้า, ถอนหญ้า, ปลูกต้นไม้
 - ได้การสัมผัส, การรับรู้เอ็นและข้อ
- กวาดใบไม้โดยใช้ไม้กวาดทางมะพร้าว
 - การประสานระหว่างมือและสายตา, เสียง, การรับรู้เอ็นและข้อ
- ช่วยเค็ดผัก
 - เรื่องกลิ่น, สัมผัส, ความคล่องแคล่วมือและข้อมือ
- ทำขนมบัวลอย
 - ได้การสัมผัส, การกะปริมาณ, การรับรู้เอ็นและข้อ
- ทำไอติมแท่งใช้น้ำหวานหรือถั่วเขียว, ถั่วแดงต้มก็ได้ให้เด็กตักหยอดใส่พิมพ์



- ได้ฝึกกะปริมาณ, การใช้มือเมื่อแข่งแล้วฝึกใช้ลิ้นเลียได้อีก

7. ตัวอย่างการฝึกลูกผ่านการเล่นในบ้าน (โดย คุณแม่น้องกร)

- เดินบนขอบทางฝึกทรงตัว
- ให้อาหารปลา (ขนมปัง)
 - รู้จักหยิบจับ, โยน, ขว้าง
- เดินบนหมอนข้างที่วางเรียงต่อกัน
 - ฝึกการทรงตัวบนพื้นผิวที่ไม่มั่นคง
- เดินป่า (ในบ้าน) หาจิ้งจก
 - ฝึกการมองตามแสงไฟฉาย, การเล่นเกมและปรับเปลี่ยนตำแหน่งที่นอน
- พรหมวิเศษ
 - ฝึกการจดจ่อ, การทรงท่า
- ทำท่าเลียนแบบการขับรถมอเตอร์ไซด์
 - การเลียนแบบท่าทาง
- ช้างน้ำอาละวาด (ให้เด็กขี่หลังแม่ในลักษณะคลานแล้วแม่พยายามโยกเหวี่ยง)
 - ฝึกการทรงตัว
- กิจกรรมตามประเพณีไทยเช่นลอยกระทง, สงกรานต์และการละเล่นไทยเช่นมอญ ซ่อนผ้า, ตบแปะ หมากเก็บ

