

# เลี้ยงลูก ถูกสไตล์ ฉลาดได้ น่ารักด้วย

เหมาะสำหรับ  
พ่อแม่ที่มีลูกวัย  
แรกเกิด-  
7ขวบ

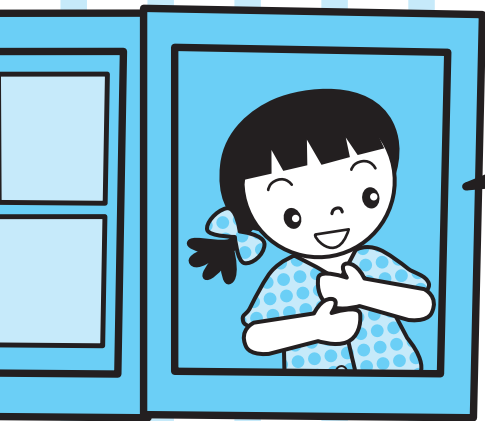


Easy Guide: How to Understand  
and Raise Your Child

เขียนโดย **ครูพิมพ์-ณัฐชนัน สุขปรีดี**  
ผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยาเด็ก  
วาดโดย **สถาพร ริยะสุ**



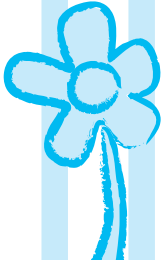
“เลี้ยงลูกให้ถูกสไตล์  
เข้าถึงใจ ไร้ปัญหา  
ด้วยจิตวิทยาเด็ก”



สารบัญ

แรกเริ่มรู้จักจิตวิทยาเด็ก 10

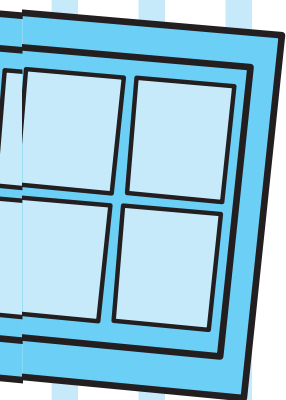
<b>ตอนที่ 1 เมื่อเข้าถึง...จึงเข้าใจ</b>	<b>26</b>
ความสำคัญและธรรมชาติของเด็ก	28
เพราะหนูไม่ได้มีใจเดียว	36
เด็กผู้หญิงเด็กผู้ชายต่างกันอย่างไรนะ	49
เมื่อความต่างเกิดขึ้นตั้งแต่แรกเกิด	84
เป็นเด็กก็เครียดเป็นนะ	112





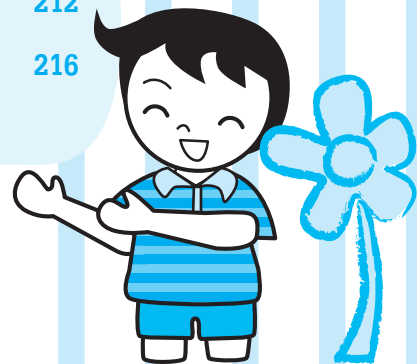
**ตอนที่ 2 หนูน้อยต่างวัย...มีอะไรต่างกัน 132**

ธรรมชาติของเด็กแต่ละวัย	134
เด็กแต่ละวัยกับความสนใจ...อวัยวะ	167
สิ่งแวดล้อมสร้างอะไรให้เด็กแต่ละวัยนะ	192



**บทส่งท้าย 212**

**เกี่ยวกับผู้เขียน 216**



## แรกเริ่มรู้จักจิตวิทยาเด็ก

สวีตีดีค่ะ คุณพ่อ คุณแม่ คุณน้า คุณอา คุณครู และคุณผู้เลี้ยง (เด็ก) รวมไปถึงทุกๆ คนที่กำลังถือหนังสือ “เลี้ยงลูกถูกสไตลส์ฉลาดได้ น่ารักด้วย” เล่มนี้ อยู่ในมือ จากชื่อหนังสือ แนนอนว่าทุกคนคงเข้าใจแล้วว่า นี่คือนักเขียนที่เกี่ยวข้องกับการ “เลี้ยงเด็ก” เอ...แล้วหนังสือเล่มนี้จะแตกต่างจากหนังสือเล่มอื่นๆ อย่างไรบ้างนะ นี่คือนักเขียนที่ทุกคนอาจคาดหวังคำตอบอยู่ในใจใช่ไหมคะ

ครูพิมพ์ต้องขอชื่นชมคุณพ่อคุณแม่และผู้เลี้ยงก่อนจากใจจริงเลยว่า การที่คุณพ่อคุณแม่มีความสนใจที่จะหา “ผู้ช่วย” ในการเลี้ยงเด็กอย่างเข้าใจและถูกต้องเหมาะสม ไม่ว่าจะจากสื่อใดๆ หรือใครก็ตาม ถือว่าเป็นจุดเริ่มต้นที่ดีมากๆ สำหรับการดูแลเจ้าตัวเล็กๆ ทั้งหลายให้เติบโตต่อไปในอนาคต และนั่นแสดงถึงความใส่ใจที่ไม่ใช่เพียงแคความรัก (ที่เราอาจจะพูดได้อยู่แล้วว่า แม่รักลูกนะ พ่อรักลูกนะ) เพราะบางครั้งเราก็ไม่รู้หรอกค่ะว่า สิ่งที่เราต้องการแสดงให้เด็กเห็นว่านี่คือความรักนะ เด็กๆ จะเห็นว่าเป็นอย่างนั้นด้วยหรือเปล่า

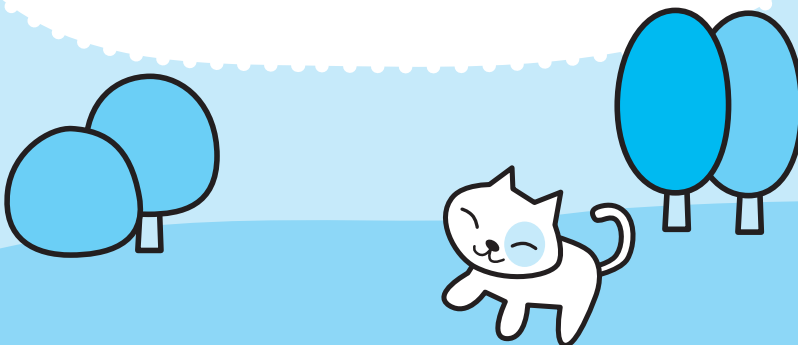
เอาละค่ะ แล้วนี่ก็คือที่มาและเนื้อหาที่จะอยู่ในหนังสือเล่มนี้ หนังสือที่แตกต่างจากคู่มือหรือหนังสือแนะนำการเลี้ยงเด็กเล่มอื่นๆ ตรงที่เนื้อหาทั้งหมดของเราจะอยู่บนพื้นฐานของศาสตร์ที่เรียกว่า “จิตวิทยา” ซึ่งหลายๆ คนอาจยังไม่คุ้นหูนัก และอาจกำลังเกิดคำถามมากมายในหัวว่า “เอ...ตกลงที่เราซื้อหนังสือมาถูกเล่มแล้วแนนะ แล้วเอ่อ จิตวิทยาจะช่วยเลี้ยงเด็กได้ยังไงละเนี่ย” เพื่อคลายข้อสงสัยต่างๆ เรามาเริ่มทำความรู้จักกันให้มากขึ้นเลยดีกว่าค่ะ

## จิตวิทยาเด็กคืออะไร

พอได้ยินคำว่าจิตวิทยาเด็ก หลายคนอาจคิดไปถึงว่า จิตวิทยาเด็กนี่เอาไว้ใช้สะกดจิตให้ลูกเป็นเด็กดี เชื่อฟังใช่ไหมนะ เอ...หรือว่าจะใช้อ่านใจลูกกันแน่นะ แต่เอ๊ะ เหมือนกับเคยได้ยินว่าจิตวิทยาเอาไว้รักษาคนบ้า แต่ลูกฉันปกติดีนะ ไม่ได้บ้าเสียหน่อย แล้วฉันจะต้องศึกษาเรื่องจิตวิทยาไปทำไม

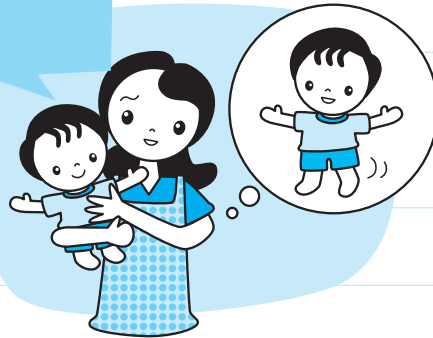
โธ่โอ...เดี๋ยวก่อนนะคะ ครูพึมพำคิดว่าสิ่งที่เราเข้าใจกันอยู่นั้น ดูคลาดเคลื่อนไปจากความหมายจริงๆ ของ “จิตวิทยาเด็ก” เสียแล้วค่ะ

ถ้าอย่างนั้นจิตวิทยาเด็กคืออะไร



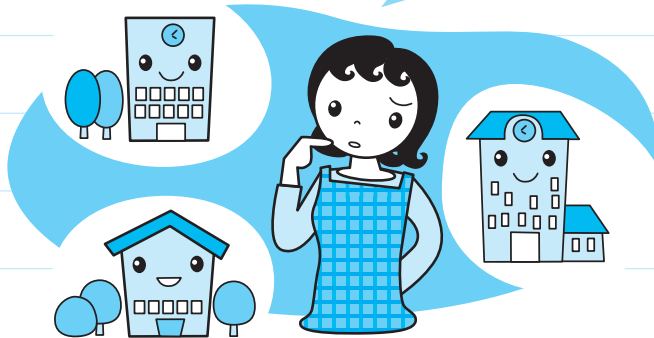
# ก่อนอื่นเรามาลองดูสถานการณ์เหล่านี้กันก่อนนะคะ

เอ...ปกติแล้วเด็กเริ่มเดินได้  
ตอนไหนนะ



โอย รบกวนให้ทั้งวัน  
ทั้งคืนเลย ทำไงดีเนี่ย

ใกล้จะต้องเข้าโรงเรียนแล้วสินะ  
จะเลือกโรงเรียนไหนดีล่ะ



ลูกเริ่มเกเรแล้ว ทำไงดี



โธ้ย ทำไมลูกเรียนแยแบบนี้ล่ะ



นี่เด็กๆ หยุตทะเลาะกัน  
ซะที่ได้มัย  
หน้าเบื่อจริงๆ!



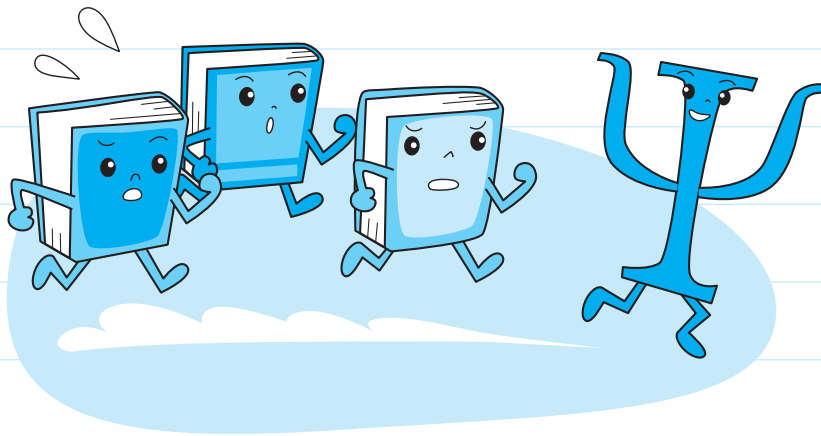
ความเป็นจริงแล้ว สถานการณ์ต่างๆ เหล่านี้ล้วนมีความเกี่ยวข้องกับ  
คำว่า "จิตวิทยา" แทบทั้งสิ้น



## แล้วมันเกี่ยวข้องกับจิตวิทยาอย่างไรล่ะ

ก่อนที่จะบอกว่าสถานการณ์เหล่านั้นเกี่ยวข้องกับจิตวิทยาอย่างไร ครูพินิจว่า เราควรมาเริ่มจากคำถามที่ว่า “จิตวิทยาคืออะไร” กันก่อนดีกว่านะคะ

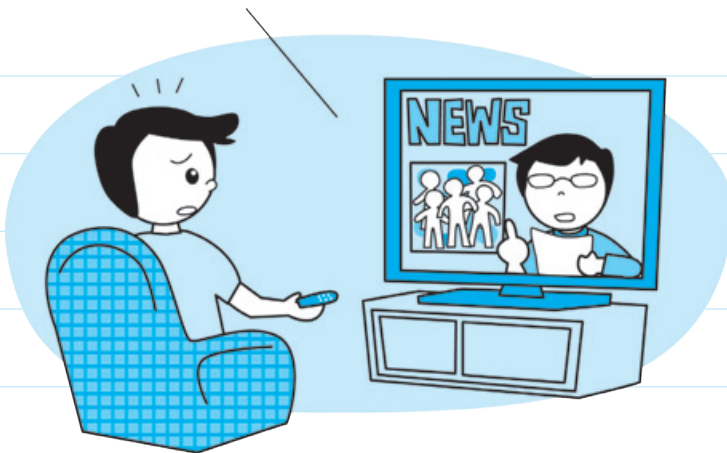
จิตวิทยาเป็นศาสตร์หนึ่งที่กำลังมาแรงอย่างมาก



แต่เอ่อ...ที่ว่ามาแรงนะ...มาแรงในต่างประเทศนะคะ (แป้ว)

ส่วนในไทยนั้น ถ้าถามว่าจิตวิทยาคืออะไร คนส่วนใหญ่ก็คงจะนึกถึงแต่  
ว่า จิตวิทยาอาจจะเป็นการฝึกพลังอำนาจทางจิต การอ่านใจคน หรือถ้ามองใน  
มุมแห่งศาสตร์มีดขึ้นมานะหน่อย อาจจะคิดว่าจิตวิทยาเป็นศาสตร์แห่งการล่อลวง  
หรือที่สื่อต่าง ๆ ชอบใช้คำว่าจิตวิทยาหลุมุนั่นเอง

นักข่าวกำลังรายงานข่าวว่ามีการใช้เทคนิคใหม่  
ที่เรียกว่าจิตวิทยาหลุม ในการล่อลวงยักษ์ออกทรัพย์สินจากเหยื่อ

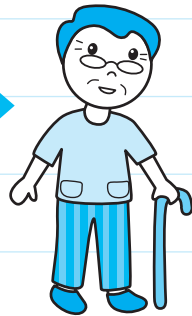
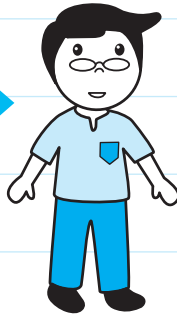
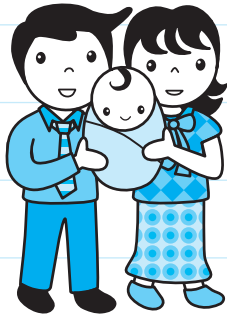
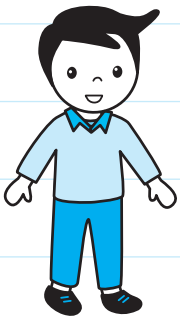
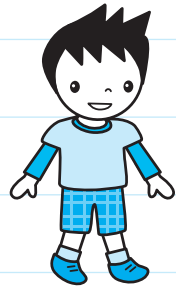


แต่เมื่อได้มาศึกษาด้วยตนเองแล้ว โอ้...ต่างกับที่เราคิดไว้เลยแฮะ แล้วก็ไม่ใช่ศาสตร์มีดมนต์ดำใดๆ ด้วย แถมยังเป็นศาสตร์ที่น่าสนใจ น่าค้นหา และอยากให้ทุกคนได้ศึกษาไปด้วยกัน นี่ไม่ใช่คำโฆษณา แต่ทว่าคือเรื่องจริงค่ะ

อันที่จริงแล้ว “จิตวิทยา” คือศาสตร์ที่ว่าด้วยการรู้จักจิตใจมนุษย์นั่นเอง ซึ่งแน่นอนว่าย่อมมีความเกี่ยวข้องกับพวกเราทุกคนอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ (และไม่ควรหลีกเลี่ยงด้วย)

ซึ่งจิตวิทยาได้แบ่งเป็นสาขาย่อยๆ อีกหลายสาขา เช่น จิตวิทยาสังคม จิตวิทยาคลินิก จิตวิทยาการปรึกษา จิตวิทยาอุตสาหกรรมและองค์กร และที่เกี่ยวข้องกับส่วนของเราก็คืออีกสาขาหนึ่งนั่นคือ “จิตวิทยาพัฒนาการ” นั่นเองค่ะ

จิตวิทยาพัฒนาการเป็นศาสตร์ที่ศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรม (การกระทำ และความคิด) ของมนุษย์ โดยพฤติกรรมของมนุษย์นั้นมีความแตกต่างกันออกไปตามวัยค่ะ หรือเรียกได้ว่ามี “พัฒนาการ” ไปตามช่วงอายุนั่นเอง ทั้งในเรื่องของพัฒนาการด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ พฤติกรรม การปรับตัวเข้าสังคม รวมไปถึงเรื่องของพัฒนาการทางสติปัญญา ซึ่งต่างก็ค่อยๆ เปลี่ยนแปลงไปตามวัย ตั้งแต่แรกเริ่มจนถึงวาระสุดท้ายของชีวิตกันเลยทีเดียว



และแน่นอนว่าการเติบโตของมนุษย์ตั้งแต่ทารกไปเป็นเด็ก จนถึงผู้ใหญ่และวัยรุ่นนั้น ไม่ได้เกิดขึ้นเพียงด้านใดด้านหนึ่งเท่านั้น แต่หมายถึง การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในทุกๆ ด้าน ซึ่งโดยปกติแล้วนักจิตวิทยาจะแบ่ง พัฒนาการของมนุษย์ออกเป็น 4 ด้าน ดังนี้



### พัฒนาการด้านร่างกาย

พัฒนาการในส่วนนี้ก็คือการเจริญเติบโตของร่างกายนั่นเอง ซึ่งครูพิมเชื่อว่า คุณพ่อคุณแม่ส่วนใหญ่ให้ความสำคัญกัน อยู่แล้วเพราะเป็นสิ่งที่มองเห็นและทำความเข้าใจได้ง่ายที่สุด

### พัฒนาการด้านอารมณ์และจิตใจ

พัฒนาการในด้านนี้เป็นเรื่องของความรู้สึกนึกคิด การแสดงออก การควบคุมตนเอง การรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น

### พัฒนาการด้านสังคม

พัฒนาการในส่วนนี้ หลายๆ คนอาจคิดว่ายังไม่สำคัญนักสำหรับเด็กเล็กๆ แต่ในความเป็นจริง เด็กมีพัฒนาการทางสังคมตั้งแต่ครั้งแรกที่เขาได้สัมผัสกับโลกใบนี้แล้วล่ะค่ะ

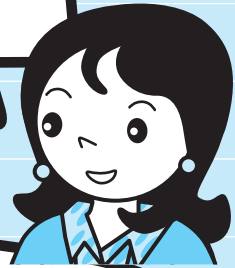
### พัฒนาการด้านสติปัญญา

แน่นอนว่าพัฒนาการด้านนี้ก็จะเป็นอีกด้านหนึ่งที่คุณพ่อคุณแม่ให้ความสนใจ เพราะไม่ว่าใครก็อยากให้เจ้าตัวเล็กของเราเป็นเด็กฉลาดทั้งนั้น ดังนั้น การทำความเข้าใจพัฒนาการของเด็กในด้านนี้ ก็จะทำให้เราสนับสนุนเด็กๆ ได้อย่างถูกต้องค่ะ

เห็นแล้วใช่ไหมคะว่า จริงๆ แล้วความรู้ทางจิตวิทยานั้น ครอบคลุมแทบจะทุกด้านของชีวิตเราเลยก็ว่าได้



และสำหรับ “จิตวิทยาเด็ก” ที่เรากำลังจะทำความ  
เข้าใจไปด้วยกันต่อจากนี้ ก็คือส่วนหนึ่งที่เฉพาะเจาะจง  
จากจิตวิทยาพัฒนาการอีกที่นั่นเองค่ะ โดยจิตวิทยาเด็ก  
จะมุ่งศึกษาเฉพาะพัฒนาการในช่วงวัยเด็กเป็นหลัก



ซึ่งความรู้ที่ได้จากจิตวิทยาเด็กจะทำให้เราตอบคำถามจาก  
สถานการณ์ต่างๆ ที่ครูนิม ได้เกริ่นไว้ในตอนแรกว่า เด็กในวัยต่างๆ นั้น.....

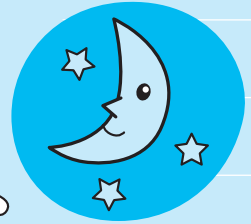
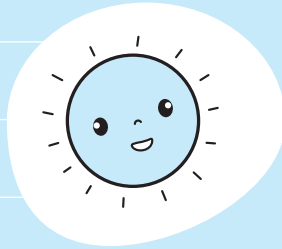
- มีพัฒนาการอย่างไร
- มีพฤติกรรมแบบไหน
- มีความต้องการอะไร
- มีความพิเศษของแต่ละช่วงอายุอย่างไร

หรือแม้แต่พฤติกรรมที่เป็นปัญหานั้นเกิดขึ้นจากอะไร ซึ่งแม้ว่าสิ่งที่เกิดขึ้นกับเจ้าตัวเล็กตามความเป็นจริงนั้นอาจจะไม่ได้ตรงเป๊ะ 100% แต่ด้วยวิชาการที่มีหลักสถิติและงานวิจัยทางวิทยาศาสตร์เป็นพื้นฐาน ก็อาจจะช่วยให้คุณพ่อคุณแม่ได้มีความเข้าใจและคาดคะเนสิ่งที่จะเกิดขึ้นได้อย่างใกล้เคียงความเป็นจริงมากที่สุด โดยที่ไม่ต้องคาดเดา และต้องเสี่ยงลองผิดลองถูกด้วยตนเอง โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อความเสี่ยงนั้นมีความเกี่ยวข้องกับคนที่คุณรักอย่างเจ้าตัวเล็กทั้งหลาย



อ้อ เด็กๆ นี่เริ่มเดินได้  
ตอนใกล้ขวบนี่เอง





โธ่ๆ ลูกร้องไห้เพราะหิวสินะ

วัยนี้กำลังชอบสำรวจนี่นะ  
ลูกเราก็ไม่ได้ซนซะหน่อย



โธ่ ที่จริงแล้วลูกเราก็ไม่ได้เรียนแยะไปซะหมดทุกวิชานี้หนา  
สงสัยว่าจะไม่ถนัดเลข ต้องช่วยสักหน่อยแล้ว



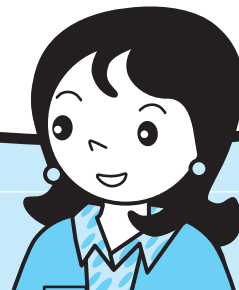
เอาละจะเด็กๆ หยุดทะเลาะกัน  
แล้วไหนบอกแม่ชีว่าเกิดอะไรขึ้น



เอาเป็นว่าถ้าอยากรู้จักเด็กก็ต้องเริ่มที่การรู้จักจิตวิทยาเด็กนี่ละคะ รับรอง  
ไม่ผิดทางแน่ๆ

แต่คุณพ่อคุณแม่หรือผู้เลี้ยงอาจไม่จำเป็นต้องเชี่ยวชาญถึงขนาดเป็น  
นักจิตวิทยาเด็กเสียเองหรอกค่ะ เพียงแต่หากว่าเรามีความรู้ในส่วนนี้ไว้บ้าง  
ประกอบกับความรู้ในด้านอื่นๆ ที่เรามีอยู่ หรือจากประสบการณ์ส่วนตัวก็ตาม  
ก็จะทำให้เราเข้าใจธรรมชาติของเด็กแต่ละคนมากขึ้น และสามารถวางแผน  
เลี้ยงดูลูกๆ ของเราได้อย่างเต็มศักยภาพ ให้เติบโตขึ้นมาด้วยร่างกายที่แข็งแรง  
ควบคู่กับสุขภาพจิตที่ดีนั่นเองค่ะ ซึ่งสิ่งเหล่านี้ก็คือความคาดหวังอันสูงสุด  
ของคนที่เป็นแม่และพ่อ จริงไหมคะ

และในหนังสือเล่มนี้ ครูพิมได้บรรจุเนื้อหาที่มีความสำคัญและน่าสนใจ  
สำหรับให้คุณพ่อคุณแม่และผู้เลี้ยงนำไปประยุกต์ใช้กับเด็กๆ ตั้งแต่ส่วนที่เป็น  
พื้นฐานของจิตใจ ความต้องการเบื้องต้นของเด็ก ความแตกต่างของเด็กแต่ละ  
คน ไปจนถึงพัฒนาการของเด็กในวัยต่างๆ และยังไม่ลืมที่จะครอบคลุมไปถึง  
ส่วนที่ผู้ใหญ่อย่างเราๆ เข้าไปมีผลหรือมีส่วนเกี่ยวข้องกับเด็กๆ อย่งไรบ้าง  
ถ้าพร้อมแล้วก็พลิกไปบทต่อไปได้เลยค่ะ



# เลี้ยงลูก ถูกสไตล์ ฉลาดได้ น่ารักด้วย

จิตวิทยาเป็นศาสตร์  
ที่เกิดขึ้นเพื่อทำความเข้าใจมนุษย์  
ไม่ว่าจะเป็นผู้ใหญ่หรือแม้แต่เด็ก  
หากท่านอยากเข้าใจลูกของท่านให้มากขึ้น  
“จิตวิทยาเด็ก” ในเล่มนี้  
จะไม่ทำให้ท่านผิดหวังอย่างแน่นอน

Think  
Beyond

[www.thinkbeyondbook.com](http://www.thinkbeyondbook.com)



8 859099 302647

ราคา 195 บาท

Think Beyond Books