



เขียนโดย อาจารย์ ดร.สุธาวัลย์ หาญจรสุช

อาจารย์ประจำสถาบันวิจัยและพัฒนาการศึกษาพิเศษ

เพิ่มพลังในการเรียนรู้ (Learning Energy)

5 ข้อมูลเบื้องต้นเพิ่มพลังการเรียนรู้ (5 ก้าวสร้างสรรค์)

ช่วงวัยเด็ก โดยเฉพาะวัย 0-6 ปี ถือเป็นช่วงเวลาที่สำคัญยิ่งต่อการพัฒนาการเรียนรู้ของเด็ก พ่อแม่สามารถช่วยสร้างพลังการเรียนรู้ให้เจ้าตัวเล็กได้ไม่ยาก ด้วย 5 ก้าวสร้างสรรค์ต่อไปนี้ค่ะ

ก้าวแรก วัยทารก พ่อแม่มีมือใหม่อาจรู้สึกเหน็ดเหนื่อยและเครียดจากการเลี้ยงลูก แต่อย่าลืมนะคะว่า ในวัยทารกนี้ คุณพ่อคุณแม่เป็นคนสำคัญที่สุดของเขา การหมั่นสื่อความรักความเอาใจใส่ผ่านการสัมผัส พูดยิ้มแย้มแจ่มใสจะเป็นการสร้างความอบอุ่นทางใจให้แก่เจ้าตัวเล็ก ความผูกพันเช่นนี้จะทำให้เด็กรู้สึกมั่นคงและมีความสุข ซึ่งเป็นสัญญาณที่ส่งตรงถึงสมอง อันจะก่อให้เกิดผลดีต่อการเรียนรู้ของเด็ก ดังนั้นเสียงคุณแม่วัยเพลงกล่อม และโอบกอดของคุณพ่อ จึงมีค่าอย่างยิ่งสำหรับหนูน้อยที่เพิ่งเรียนรู้โลกรอบตัว

ก้าวที่สอง วัยเริ่มคลาน ด้วยพัฒนาการทางร่างกายที่มากขึ้น ทำให้เด็กวัยนี้กระตือรือร้นอยากรู้อยากเห็น และต้องการพื้นที่ที่กว้างขึ้น สำหรับให้นักสำรวจตัวจิ๋วได้สืบ คลาน และนั่งเล่นเอง สิ่งแวดล้อมรอบตัวเป็นสิ่งแปลกใหม่สำหรับเขา ผู้ปกครองควรหาโอกาสพาลูกทำกิจกรรมกลางแจ้งบ้าง เพื่อให้ได้รับแสงจากธรรมชาติ และอากาศบริสุทธิ์ ซึ่งช่วยให้ลูกดูสิ่งๆ พร้อมกับเรียกชื่อของสิ่งนั้นไปด้วย เช่น เห็นท้องฟ้าไหม จะ มีก้อนเมฆสีขาวเหมือนปุยขนุน หรือเปิดโอกาสให้ลูกนั่งเล่นที่สนามหญ้าบ้าง สิ่งเหล่านี้จะช่วยส่งเสริมธรรมชาติความต้องการการเรียนรู้ของเด็กได้เป็นอย่างดี

ก้าวที่สาม วัยพัฒนาทักษะ ใครว่าเด็กเล็กคิดไม่เป็น แท้จริงแล้ววัยนี้เหมือนนักวิทยาศาสตร์ตัวน้อยที่ช่างคิดและชอบทดลอง เช่น โยนลูกบอลแล้วเฝ้าสังเกตลูกบอลกระดอนซ้ำแล้วซ้ำเล่า และเรียนรู้การแก้ปัญหา เช่น ลากเก้าอี้มาต่อเพื่อหยิบของเล่นในที่สูง หรือบางครั้งจะเห็นความสามารถของลูกในการใช้ความคิดสร้างสรรค์ เช่น ใช้หวีแทนแปรงสีฟันสำหรับแปรงให้ตุ๊กตาสัตว์

ดังนั้น เมื่อเด็กพยายามทำสิ่งใด คุณพ่อคุณแม่ควรให้ความสนใจ และให้กำลังใจกับกิจกรรมที่เขาทำ เปิดโอกาสให้ลูกมีอิสระในการคิด การแสดงออก และให้ได้ตัดสินใจและเผชิญปัญหาด้วยตนเอง จะทำให้เขามีความเชื่อมั่นในตนเอง และสามารถพัฒนาทักษะการเรียนรู้ได้เหมาะสมตามวัยค่ะ

ก้าวที่สี่ **วัยเริ่มเรียน** วัยนี้ผู้ปกครองจะเห็นลูกน้อยเริ่มฉายแววความคิดสร้างสรรค์ และจินตนาการ อันล้ำเลิศ บ่อยครั้งที่เราจะเห็นเจ้าตัวเล็กยึดดอกภาควงใจกับภาพวาดหรือสิ่งประดิษฐ์ ที่พ่อแม่เองก็ยังไม่ออกว่าคืออะไร คุณอาจจะได้เห็นดวงอาทิตย์สีชมพูในภาพวาดของเขา ซึ่งถือว่าไม่ผิดกติกาของเด็กๆ นะคะ ให้เขาได้เลือกใช้สีตามความต้องการ และสิ่งที่ผู้ใหญ่มองว่าละอะเทอะหรือเป็นกิจกรรมป่วนบ้านนั้น อาจเป็นกิจกรรมที่ลูกน้อยกำลังฉายแววความเป็นปักษีโซ่ น้อย และเป็นช่วงเวลาอันแสนมีค่า

หากคุณพ่อคุณแม่ดู หรือคำหนิ อาจทำให้ลูกอายนและไม่กล้าคิดแปลกแตกต่าง ซึ่งเป็นการทำลายจินตนาการและความคิดสร้างสรรค์ของเด็กโดยที่ผู้ใหญ่ไม่ได้ตั้งใจ ดังนั้น การชื่นชมและให้ความสนใจในสิ่งที่ลูกทำจะช่วยสร้างความเชื่อมั่นในตนเองให้กับเด็ก อันจะเป็นแรงผลักดันให้เด็กสามารถต่อยอดความสามารถที่มีอยู่ต่อไปได้ค่ะ

ก้าวที่ห้า **ก้าวสำคัญสำหรับเด็กทุกช่วงวัย** เด็กแทบทุกคนจะเติบโตและมีพัฒนาการในแต่ละช่วงวัยที่ใกล้เคียงกัน บางคนอาจมีพัฒนาการเร็วกว่าหรือช้ากว่าเด็กวัยเดียวกันบ้าง เด็กสองขวบบางคนท่อง 1-20 ได้จ้อยๆ ในขณะที่เด็กสี่ขวบบางคนยังท่องไม่ได้ไม่คล่อง เลขกระโดดข้ามไปข้ามมา คุณพ่อคุณแม่ไม่ควรกังวลจนเกินไป สามารถที่จะช่วยฝึกฝนและจัดบรรยากาศให้เด็กเกิดการเรียนรู้และพัฒนาทักษะความสามารถนั้นๆ ได้ค่ะ ที่สำคัญ ผู้ปกครองต้องเข้าใจว่าเด็กแต่ละคนจะมีความสนใจ และวิธีการเรียนรู้ (learning style) ในแบบฉบับของเขาเอง คุณพ่อคุณแม่ไม่ควรเปรียบเทียบลูกกับเด็กคนอื่น แม้กระทั่งพี่น้อง เพราะกลยุทธ์หรือวิธีการสอนที่คุณแม่เคยใช้ได้ดีกับคนที่อาจไม่ได้ผลกับคนน้องก็เป็นได้ค่ะ ผู้ปกครองควรสนับสนุนการเรียนรู้และความสนใจที่เหมาะสมกับความต้องการของลูกอย่างแท้จริงจะดีกว่า

โอกาสในการเรียนรู้ของเด็กแต่ละช่วงวัย (เปิดประตูสู่โลกการเรียนรู้)

นอกจากคุณพ่อคุณแม่จะการเฝ้าติดตามการเจริญเติบโตทางร่างกายแล้ว ควรสนใจพัฒนาการทางการเรียนรู้และความสนใจของเด็กในแต่ละช่วงวัยด้วยค่ะ เด็กเล็กๆ ที่มีโอกาสค้นพบวิธีเล่นด้วยตนเอง หรือได้มีโอกาสทำกิจกรรมที่หลากหลาย จะได้เรียนรู้ว่าตัวเองชอบอะไร มีความถนัดอะไร ตรงข้ามกับเด็กที่ “เล่นไม่พอ” ที่จะขาดประสบการณ์ในการค้นหาความชอบและศักยภาพของตน โดยผู้ปกครองสามารถส่งเสริมการเรียนรู้ของลูกแต่ละวัยได้ดังนี้ค่ะ

วัยเรียนรู้ผ่านประสาทสัมผัส คือ ช่วงแรกเกิด ถึงหกเดือน เด็กน้อยจะเริ่มเรียนรู้สิ่งต่างๆ รอบตัว โดยประสาทสัมผัสจะทำงานอย่างเข้มข้นในการรับรู้เสียงกลิ่นของคุณแม่ มองเห็นคุณแม่เป็นเงาร่างๆ ผิวสัมผัสถึงความนุ่มของที่นอน ความเปียกของผ้าอ้อม เป็นต้น พ่อแม่ทราบไหมคะว่าทุกครั้งที่ทารกได้ยินสัมผัส ชิม หรือได้กลิ่น จะช่วยสร้างประสบการณ์การเรียนรู้ใหม่ๆ เด็กที่ได้รับการกระตุ้นให้ทำกิจกรรมที่ใช้ประสาทสัมผัสอย่างสม่ำเสมอ จะยิ่งทำให้สมองมีประสิทธิภาพมากขึ้น อันจะช่วยส่งเสริมการเรียนรู้ของเด็กทั้งในปัจจุบันและอนาคต

ดังนั้น คุณพ่อคุณแม่อย่าทิ้งช่วงเวลาแรกของการเรียนรู้ของลูกไปโดยคิดว่าเด็กจะไม่เข้าใจนะคะ เราสามารถกระตุ้นประสาทสัมผัสเจ้าตัวเล็กได้โดยผ่านการ การโอบกอด การเล่นนิทาน พูดคุยอย่าง

สม่ำเสมอ เช่น “ตอนนี้คุณพ่อกำลังอาบน้ำให้หนู ตัวหนูเปียกเลย...น้ำอุ่นจังเลยนะ” “คุณแม่อุ้มหนูเดินเล่นอยู่จะมีแสงแดดอ่อนๆ มีผีเสื้อแสนสวยเกาะอยู่ที่ดอกไม้ด้วย”

วัยเริ่มอ่าน เมื่อเด็กอายุหกเดือนขึ้นไป คุณพ่อคุณแม่ก็สามารถอุ้มเจ้าตัวเล็กมานั่งตักและอ่านหนังสือให้เด็กฟังได้ทุกวัน อย่างน้อยวันละ 5-15 นาที ถึงแม้ว่าการอ่านครั้งแรกๆ คุณแม่เปิดอ่านได้ไม่กี่หน้า เจ้าตัวเล็กก็กลานหนีไปซะแล้ว แต่สถานการณ์จะค่อยๆ ดีขึ้นค่ะ การอ่านจะช่วยให้เด็กเรียนรู้โลกได้รอบด้าน อย่างลิมนะคะว่าหนังสือ 1 เล่ม ไม่ได้หมายความว่าเราจะเล่าได้เพียง 1 เรื่อง คุณพ่อคุณแม่สามารถเติมรายละเอียด บทพูด เสียงเล็กเสียงน้อยได้อีกนับไม่ถ้วน

การฟังนิทานเป็นประจำยังช่วยให้เด็กเรียนรู้คำศัพท์ใหม่ๆ อีกด้วย ซึ่งเด็กบางคนจำหนังสือที่ประทับใจได้ทั้งเล่ม การอ่านที่สม่ำเสมอจะทำให้เด็กมีทัศนคติที่ดีต่อหนังสือและติดนิสัยรักการอ่าน

วัยของนักเรียนแบบตัวยง วัยหนึ่งปีขึ้นไป เด็กจะมีพัฒนาการด้านการจำที่ดียิ่งขึ้น ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญที่จะทำให้เด็กเรียนรู้ เด็กสามารถเลียนแบบสิ่งที่เห็นแม้จะผ่านไปหลายชั่วโมง หลายวันก็ตาม ดังจะเห็นเด็กตัวเล็กๆ ยกโทรศัพท์แนบไปที่หูแล้วทำปากขมขมบิบบเหมือนคุยกับใคร หรือหยิบหนังสือพิมพ์ขึ้นแล้วใช้นิ้วน้อยๆ ชี้ลากไปตามตัวอักษรทำท่าเหมือนกำลังตั้งอกตั้งใจอ่าน ในวัยนี้ผู้ปกครองต้องเป็นแบบอย่างที่ดีให้แก่ลูก เพราะเจ้าตัวเล็กจะคอยจับตารายละเอียดอยู่ตลอดเวลา หากเราอยากให้ลูกมีระเบียบ รู้จักเก็บของเล่นเป็นที่ เป็นทาง คุณพ่อคุณแม่ก็ต้องเป็นระเบียบด้วย ถ้าหากอยากให้ลูกกระตือรือร้นและรู้จักใช้เวลาว่างทำกิจกรรมที่มีประโยชน์ คุณพ่อคุณแม่ก็ไม่ควรเอาแต่นั่งดูโทรทัศน์ทั้งวันนะคะ ชวนลูกปลูกต้นไม้ ฝึกจักรยาน หรือทำอาหารรับประทานด้วยกันบ้างก็ได้ค่ะ

วัยนี้เริ่มมีพัฒนาการทางการสื่อสารสองทางแล้ว คือ ฟังเข้าใจและพูดโต้ตอบได้มากขึ้น คุณพ่อคุณแม่จึงควรเป็นแบบอย่างการใช้ภาษาที่ดี ใช้คำพูดที่เหมาะสม พูดออกเสียงชัด และฝึกการถามตอบง่ายๆ เกี่ยวกับเรื่องในชีวิตประจำวันของลูก วิธีเช่นนี้จะช่วยให้ลูกมีพัฒนาการทางภาษาที่ดีด้วย

วัยสนใจใฝ่รู้ หรือวัยสามปีขึ้นไป ถือเป็นช่วงเวลาที่โลกของพวกเขา ขยายจากรู้อยู่ในบ้านไปสู่โลกที่กว้างขึ้น ทำให้แทบทุกเรื่องอยู่ในความสนใจของเขาไปหมด ไม่ว่าจะเป็นบุคคลอาชีพต่างๆ สิ่งที่เขาเห็นบนท้องฟ้ายามค่ำคืน สถานที่ต่างๆ วงจรชีวิตสัตว์ ฯลฯ เด็กวัยนี้จึงเป็นวัยที่มีคำถามมากมาย และชอบลองทำกิจกรรมแปลกใหม่ ทำท่าย จนทำให้ผู้ปกครองอาจคิดว่าถึงเวลาแล้วที่จะเริ่มด้านวิชาการให้แก่เด็ก หลายคนเริ่มหาที่ภาษา ดนตรี ศิลปะ คณิตศาสตร์ให้กับลูก เพราะกลัวว่าลูกจะมีความสามารถน้อยกว่าเด็กคนอื่นๆ

แท้จริงแล้วการเรียนรู้ของเด็กไม่จำเป็นต้องนั่งโต๊ะอ่านขีดเขียน พ่อแม่ไม่ควรเร่งให้เด็กเรียนรู้จนละทิ้งความเป็นธรรมชาติของเด็กค่ะ เช่น หากจะให้ลูกรักดนตรี ก็ต้องให้เขาเล่นด้วยความสนุก มีความสุขกับเสียงเพลงจึงจะถือว่าเป็นความสำเร็จในการส่งเสริม แต่ไม่ใช่การที่ลูกต้องกดดันฝึกซ้อมเพื่อให้เล่นเพลงยากๆ หรือเล่นให้ได้จำนวนหลายเพลง เด็กจะรู้สึกว่าการเรียนเป็นเรื่องไม่สนุก น่าเบื่อ และถูกบังคับ และจะเป็นผลเสียต่อการพัฒนาทักษะความสามารถในระยะยาวค่ะ

5 tips เพิ่มพลังการเรียนรู้ของเด็กแต่ละช่วงวัย (How to)

วัยแรกเกิด ถึงหกเดือน คุณพ่อคุณแม่สามารถที่จะช่วยกระตุ้นการเรียนรู้ของลูกในวัยนี้ด้วยการสบตาด้วยความรัก หมั่นยิ้มแย้มพูดคุยจะจำด้วยน้ำเสียงนุ่มนวลอ่อนโยนกับเด็กทุกวัน เช่น คุณแม่กำลังอุ้มหนูตีมนมมะกะ ตอนนี้อุ้มกำลังเปลี่ยนผ้าอ้อมให้หนูนะ เป็นต้น ถึงแม้ว่าเด็กจะยังไม่เข้าใจสิ่งที่พูดนัก แต่ก็เป็นวิธีการสอนให้เด็กรู้จักแยกแยะเสียงต่างๆ และรู้ความหมายกว้างๆ ของคำ เป็นการส่งเสริมพัฒนาการทางภาษาให้สมวัย

นอกจากนั้น ควรหาโมบายล์ของสีสันสดใสแขวนไว้เหนือที่นอน เพื่อกระตุ้นพัฒนาการทางการมองเห็นให้กับลูก ผู้ปกครองควรพาลูกออกนอกบ้านบ้างค่ะ เพื่อให้เด็กปรับตัวและเริ่มเรียนรู้โลกภายนอก แทนการให้ลูกอยู่แต่ในห้องทึบ เปิดแอร์ เปิดไฟแทบทั้งวันนะคะ

วัยหกเดือน ถึงหนึ่งปี เด็กวัยนี้สนใจเสียงและคำซ้ำๆ โดยเฉพาะคำคล้องจองค่ะ วิธีเสริมการเรียนรู้ด้านภาษาทำได้โดยอ่านหนังสือให้ลูกฟัง เลือกหนังสือที่มีภาพประกอบไม่รกจนดูยาก และเป็นภาพที่มีสีสันสวยงาม จะกระตุ้นความสนใจและทำให้เด็กได้เรียนรู้สิ่งแปลกๆ ใหม่ๆ ได้ง่ายขึ้น คุณพ่อคุณแม่ลองหาของเล่นที่มีลักษณะแตกต่างกันทั้งผิวสัมผัส รูปทรง และสีสัน ให้เด็กได้เรียนรู้ความแตกต่าง หากลองให้เด็กได้หยิบของใส่ หยิบออก เล่นของเล่นลอยน้ำขณะอาบน้ำ หรือการเล่นกลิ้งลูกบอลแล้วให้เจ้าตัวเด็กมองและคลานตาม ชี้อ่านให้เด็กฟังเพลง สนุกกับจังหวะดนตรี และชวนทำท่าทางประกอบ เช่น ช้างตัวใหญ่ มือทั้งสองก็จะผายกว้างออก มดตัวเล็กนิดเดียว ก็จะทำมือสองข้างประกบเข้าหากัน เป็นต้น เหล่านี้คือการให้โอกาสที่สำคัญให้เด็กได้มีการเรียนรู้

วัยหนึ่งปี ถึงสามปี ช่วงพัฒนาทักษะ วัยนี้เด็กมีพัฒนาการทางร่างกายที่ดีขึ้นมาก ทำให้มีความพร้อมในการเรียนรู้มากขึ้นกว่าแต่ก่อน เริ่มมีความสนใจที่จะเขียนบ้างแล้ว คุณพ่อคุณแม่ควรเตรียมกระดาษและดินสอสีขนาดที่จับได้สะดวก ให้เด็กได้ขีดเขียนตามใจ ควรใช้เวลาเด็กได้เล่นกับสิ่งที่น่าสนใจรอบตัว เช่น เล่นสนุกกับกระบะทราย การเทน้ำ เติมน้ำ ติน้ำให้เป็นฟองกระจาย ให้เวลาลูกในการสำรวจผู้คน และสิ่งของต่างๆ ที่พบเห็นในชีวิตประจำวัน อย่างเช่น เมื่อพาออกไปซูเปอร์มาเก็ต ลองชี้ชวนให้ลูกสังเกตผลไม้หลากหลายชนิด เช่น “นี่แอปเปิ้ล คุณสิคะมีทั้งสีเขียว สีแดงเลย” อาจเสริมด้วยการเล่นบทบาทสมมติ เช่น เล่นขายของ เล่นเป็นคุณหมอ เป็นช่างซ่อมช่างเครื่องมือ เหล่านี้เป็นกิจกรรมที่จะช่วยส่งเสริมทักษะการสังเกต ทักษะการคิดให้กับเด็ก และจินตนาการให้เด็กค่ะ

วัยสามปีขึ้นไป เด็กวัยนี้มีความรู้สึกของตัวเองสามารถทำอะไรต่อมิอะไรได้ด้วยตนเอง ต้องการความช่วยเหลือจากผู้อื่นน้อยลง โดยภาษาจะเครื่องมือที่เด็กจะใช้เรียนรู้สิ่งรอบตัว พัฒนาการที่เด่นชัดในด้านความสนใจใคร่รู้ถูกถ่ายทอดผ่านคำถามมากมาย การพูดคุย และตอบคำถามที่เด็กถามอยู่เรื่อยๆ นั้นมิใช่ความเปล่าประโยชน์นะค่ะ พ่อแม่ต้องควรสนใจตอบคำถามของลูกทุกครั้ง เพราะนั่นหมายถึงเขากำลังสนใจอยากเรียนรู้ แม้ว่าหลายคำถามที่พ่อแม่ก็ไม่รู้ว่าจะตอบอย่างไร เช่น “ทำไมอ๊ปปี้ไปตัวอ้วนใหญ่ และไม่เห็นมีครีบเหมือนปลา แต่ทำไมว่ายน้ำได้ล่ะครับ” หากเจอสถานการณ์เช่นนี้ ผู้ปกครองสามารถชักชวนให้ลูกร่วมหาคำตอบด้วยกัน ซึ่งเด็กจะได้เรียนรู้วิธีการหาความรู้รูปแบบต่างๆ ผ่านประสบการณ์ของพ่อแม่ค่ะ

เพิ่มพลังการเรียนรู้ทุกวัยด้วยการเล่น ปฏิเสธไม่ได้เลยล่ะว่าเด็กจะเรียนรู้ผ่านการเล่นเป็นหลัก
ของเล่นชิ้นโปรดที่จะทำให้เด็กเพลิดเพลินอาจไม่ใช่ของเล่นสำเร็จรูป ราคาแพง แต่อาจเป็นลังกระดาษ
กระดาษทราย ขวดน้ำ ผู้ปกครองอาจฝึกทักษะต่างๆ ผนวกไปในขณะเล่น เช่น ให้เรียงลำดับของเล่นจากใหญ่
ไปเล็ก เกมฝึกความจำ สังเกต ความเหมือน ความต่าง การเปรียบเทียบ การถามตอบเกี่ยวกับ ใคร อะไร ที่
ไหน เมื่อไร ทำไม เด็กวัยนี้มีจินตนาการที่ยิ่งใหญ่ ลองชวนลูกทำกิจกรรมทางศิลปะ หรืองานประดิษฐ์ง่ายๆ
เช่น ปั้นดินน้ำมัน นึกหรือปะรูปจากเศษกระดาษสวยๆ เด็กๆ จะรู้สึกสนุกมาก หากคุณพ่อคุณแม่เข้ามา
มีส่วนร่วมในการสร้างสรรค์ผลงานมากกว่าการที่จะนั่งดูพวกเขาทำแต่ฝ่ายเดียวล่ะ ทั้งยังเป็นการสานสัมพันธ์
สายใยความรักของครอบครัวอีกด้วย