

บทที่ ๓

หลักการส่งเสริมพัฒนาการบุตร ของหน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

เป้าหมายการพัฒนาเด็กคือ การส่งเสริมให้เด็กมีพัฒนาการเต็มตามศักยภาพ เพื่อให้สามารถเติบโตเป็นคนดี มีคุณภาพ และทำประโยชน์ต่อสังคมโดยรวม และเป้าหมายของหลายประเทศในปัจจุบัน มุ่งเน้นความสำคัญของการพัฒนาเด็ก แม้แต่ธนาคารโลกยังได้กำหนดเป็นยุทธศาสตร์สำคัญ ที่จะสนับสนุนให้การพัฒนาเด็ก ต้องทำในลักษณะองค์รวมทั้งร่างกาย จิตใจ สติปัญญา และสังคม

ประสบการณ์จากประเทศสหรัฐอเมริกาได้ศึกษาการพัฒนาเด็กในแง่เศรษฐศาสตร์ ผลการศึกษาไปในทางเดียวกันว่า การลงทุนเพื่อพัฒนาเด็กเป็นการลงทุนที่ยิ่งกว่าคุ้มค่าผลทางสังคมในระยะยาวที่เกิดขึ้น การพัฒนาในวัยเด็กเล็กที่ส่งผลในวัยผู้ใหญ่ที่เกิดขึ้นอย่างชัดเจน คือ เด็กมีศักยภาพในการเรียนรู้และสามารถเข้ารับการศึกษาในระดับที่สูงขึ้น มีการทำงานที่ดีขึ้น สามารถดูแลตนเอง และลดการพึ่งพิงจากรัฐ ลดอาชญากรรม และที่สำคัญคือ ลดอัตราการทอดทิ้งเด็กในรุ่นถัดไป และการศึกษาที่ยืนยันว่าการลงทุน ให้เกิดโครงการเพื่อสนับสนุนพัฒนาการเด็ก ตั้งแต่วัยเด็กเล็ก ยิ่งเล็กยิ่งให้ผลคุ้มค่ามากขึ้น ทั้งนี้ไม่เฉพาะแต่โครงการที่มุ่งเน้นด้านสุขภาพของเด็กเท่านั้น แต่รวมไปถึงโครงการที่ให้ความรู้แก่ผู้ดูแลเด็กในด้านพัฒนาการเด็กด้วย

จากการสำรวจของ สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย ร่วมกับสถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว มหาวิทยาลัยมหิดล^๑ สำรวจภาวะสุขภาพ พัฒนาการและการเจริญเติบโต เด็กปฐมวัยของประเทศไทย ปี พ.ศ. ๒๕๔๒ ในเด็กอายุ ๑ ปี และ ๔ ปี จำนวน ๓,๐๙๖ คน ใน ๔ ภาค ๙ จังหวัด พบว่าพัฒนาการรวมทุกด้านของเด็กปฐมวัยปกติ (Normal) ร้อยละ ๗๑.๖๙ สงสัยล่าช้า (Suspect) ร้อยละ ๒๘.๓๑ ปี ๒๕๔๖ เด็กอายุ ๐ – ๕ ปี มีพัฒนาการรวมปกติ ร้อยละ ๗๑.๖๙ ปี ๒๕๕๐ มีพัฒนาการรวมปกติ ร้อยละ ๖๗.๗ พ.ศ. ๒๕๔๔ รศ.พญ.ลัดดา เหมาะสุวรรณ และคณะ ได้ดำเนินโครงการวิจัยพัฒนาการแบบองค์รวมของเด็กไทยในกรุงเทพมหานครและ ๑๖ จังหวัด ใน ๔ ภาค ในเด็กอายุ ๑๒ – ๓๕ เดือน ๑,๔๗๑ คน พบว่า มีพัฒนาการรวมสมวัย ร้อยละ ๗๙.๓ ค่อนข้าง

^๑ สถาบันราชานุกูล กรมสุขภาพจิต, คู่มือการจัดกิจกรรมสำหรับพ่อแม่เด็กอายุ ๐ – ๕ ปี, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท ปิยอนด์ พับลิชชิง จำกัด, ๒๕๕๒), หน้า ๑.

ซ้ำและซ้ำรวมกันร้อยละ ๒๐.๖ และในปี ๒๕๔๖ พบว่าเด็กอายุ ๑ – ๖ ปี มีสมาธิจดจ่อ และแรงจูงใจ ใฝ่สำเร็จ (Mastery motivation) ต่ำ จากข้อมูลของนักวิชาการพบว่า พัฒนาการของเด็กไทยที่สมวัย มีแนวโน้มลดลง ความฉลาดทางอารมณ์มีค่าเกณฑ์ปกติลดลงด้วย กรมสุขภาพจิตได้ร่วมกับกรมอนามัย พัฒนาหลักสูตรการจัดกิจกรรมเสริมสร้างไอคิว อีคิวเด็ก ๐ – ๕ ปีเพื่อให้พ่อแม่ และผู้ดูแลเด็กมีความรู้และทักษะในการดูแลบุตรให้มีสุขภาพและพัฒนาการที่สมวัย

ทั้งนี้เนื่องจากอายุที่สำคัญที่สุดและนำไปสู่การพัฒนาได้เต็มตามศักยภาพคือ ช่วงปฐมวัย ตั้งแต่แรกเกิดจนถึง ๖ ปีแรก เป็นช่วงที่เด็กมีความพร้อมที่จะเรียนรู้ และประสบการณ์ใหม่ เนื่องจากระบบประสาทและสมองกำลังเจริญเติบโตอย่างรวดเร็ว และกำลังสร้างใยเชื่อมประสานกันระหว่างเซลล์สมองทำให้เกิดการเรียนรู้และส่งผ่านข้อมูล การเจริญเติบโตทางกายภาพของสมองในลักษณะดังกล่าวจะเกิดมากหรือน้อย ขึ้นอยู่กับการเลี้ยงดูที่มีคุณภาพ^๒ ปัจจุบันการอบรมเลี้ยงดูเด็กปฐมวัยของครอบครัวไทยเปลี่ยนแปลงไป จากครอบครัวขยายที่เด็กจะได้รับการดูแลจากญาติผู้ใหญ่จนถึงวัยเข้าโรงเรียน เป็นครอบครัวเดี่ยวที่ต้องรับส่งลูกเข้าสถานรับเลี้ยงเด็ก หรือศูนย์ดูแลเด็กเล็ก โดยหวังให้เด็กได้รับการดูแลและส่งเสริมพัฒนาการจากผู้ดูแล ดังที่

พิมพาภรณ์ กลั่นกลิน^๓ กล่าวว่า ปัจจุบันเป็นที่ยอมรับว่าการอบรมเลี้ยงดูเด็กในช่วงปฐมวัยระยะแรกเกิด – ๕ ปี เป็นระยะสำคัญของชีวิต เนื่องจากวัยรากฐานของการพัฒนาการเจริญเติบโตทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสติปัญญา โดยเฉพาะด้านสมอง ซึ่งเติบโตถึงร้อยละ ๘๐ ของผู้ใหญ่เป็นวัยที่สำคัญเหมาะสมที่สุดในการปูพื้นฐาน เพื่อยกระดับพัฒนาคุณภาพชีวิต และเป็นวัยที่ร่างกายมีอัตราการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็ว มีอัตราเสี่ยงต่อการเกิดโรคติดเชื้อและการตายสูงกว่าประชากรในกลุ่มอื่น การดูแลในด้านโภชนาการ ประสบการณ์ และถ่ายทอดพฤติกรรมด้านต่างๆ ให้เด็กในระยะต้นของชีวิตจะทำให้มีอิทธิพลต่อการวางรากฐานของการพัฒนาร่างกาย สติปัญญา สังคม และบุคลิกภาพ ซึ่งการเลี้ยงดูเด็กในช่วงปฐมวัยจึงมีความสำคัญอย่างยิ่ง การชดเชยเมื่อเด็กเติบโตเป็นผู้ใหญ่ได้ผลดีไม่เท่ากับการเลี้ยงดูโดยคำนึงถึงการพัฒนาการทุกด้านในช่วงปฐมวัย

กระทรวงสาธารณสุข พูดยถึงการดูแลเด็กว่า^๔ เด็กแรกเกิด ถึง ๕ ปี ต้องการพ่อแม่ ผู้ใหญ่ในการอบรมเลี้ยงดู ปกป้อง ค้ำครอง ให้ความรักความอบอุ่น เอาใจใส่อย่างใกล้ชิด การอบรมเลี้ยงดูที่มีคุณภาพจะส่งผลให้เด็กเจริญเติบโต สุขภาพแข็งแรง มีพัฒนาการสมดุลงាំងทั้งทางร่างกาย สติปัญญา

^๒ “การดูแลเด็กปฐมวัยของประเทศไทย”, วารสารสาธารณสุขและการพัฒนา ๒๕๔๐, ปีที่ ๕ ฉบับที่ ๓ : ๑๑๘

^๓ พิมพาภรณ์ กลั่นกลิน และคณะ, ถอดบทเรียนศูนย์เด็กเล็กในสถาบันในสถาบันการศึกษาพยาบาล, (คณะพยาบาลศาสตร์ : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๕๔), หน้า ๒.

^๔ สถาบันราชานุกูล กรมสุขภาพจิต, คู่มือการจัดกิจกรรมสำหรับพ่อแม่เด็กอายุ ๐ – ๕ ปี, อ้างแล้ว. หน้า ก.

อารมณ์จิตใจ และสังคม ดังนั้น พ่อแม่ ผู้ดูแลเด็กจึงต้องตระหนักถึงความสำคัญของการส่งเสริมพัฒนาการเด็กทุกด้านตั้งแต่แรกเกิด เพื่อให้เด็กไทยมีสติปัญญาและความฉลาดทางอารมณ์เพิ่มขึ้น และเติบโตเป็นทรัพยากรบุคคลที่มีคุณภาพ

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ จึงได้จัดให้มีการบริการดูแลเด็กตั้งแต่วัยทารกและวัยหัดเดิน เพื่อเป็นการตอบสนองของครอบครัวไทยที่มีการเปลี่ยนแปลงจากครอบครัวขยายมาเป็นครอบครัวเดี่ยว และเป็นหัวใจของบิดามารดาในการนำบุตรมารับบริการ และหวังให้บุตรได้รับการดูแลและส่งเสริมพัฒนาการที่ดีจากทางหน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก

๓.๑ ประวัติและความเป็นมาของหน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

หน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็กฯ ได้เริ่มเปิดบริการมาตั้งแต่เดือน ตุลาคม ๒๕๓๑ เดิมชื่อ โครงการศูนย์ศึกษาเด็กเล็ก โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเป็นสถานศึกษาและวิจัยด้านการเจริญเติบโต และพัฒนาการของเด็ก ให้บริการเด็กที่มีสุขภาพดี และให้บริการแก่สังคมในการดูแลเด็กอายุตั้งแต่ ๖ สัปดาห์ ถึง ๓ ปี ทั้งนี้เนื่องจากคณะพยาบาลศาสตร์ ตระหนักถึงปัญหาการขาดแคลนผู้ดูแลเด็กที่มีคุณภาพในครอบครัวที่บิดามารดาไม่สามารถดูแลบุตรได้ด้วยตนเองในช่วงเวลากลางวัน โดยเริ่มแรกเป็นการเปิดบริการให้กับลูกหลานของบุคลากรในคณะพยาบาลศาสตร์ ต่อมาจึงเปิดให้บริการบุคคลทั่วไป^๕ หน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็กฯ ยังเป็นแหล่งศึกษาดูงานและเป็นแหล่งฝึกปฏิบัติงานของนักศึกษาคณะพยาบาลศาสตร์ตั้งแต่ระดับประกาศนียบัตรถึงปริญญาโท ตลอดจนหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการดูแลเด็กจากที่ต่างๆ หน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็กฯ ได้มีการพัฒนาคุณภาพในการให้บริการอย่างสม่ำเสมอตลอดมา โดยคำนึงถึงการพัฒนาเด็กให้เจริญเติบโตอย่างมีประสิทธิภาพและเต็มศักยภาพ^๖ นอกจากนี้ทางหน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็กฯ ให้การบริการโดยบูรณาการ การวิจัย การจัดการเรียนการสอน ควบคู่กันไปทั้งนี้เพื่อมุ่งเน้นการพัฒนาองค์ความรู้ ด้านการสร้างเสริมสุขภาพและการบริการที่มีคุณภาพต่อลูกค้าทุกคน^๗

^๕ หน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก, เอกสารพ่อแม่และประชาสัมพันธ์, (คณะพยาบาลศาสตร์ : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๕๕), หน้า ๒.

^๖ หน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก, จุลสารสื่อรักเพื่อเด็ก, (คณะพยาบาลศาสตร์ : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ธันวาคม – กุมภาพันธ์ ๒๕๕๒), หน้า ๑.

^๗ หน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก, จุลสารสื่อรักเพื่อเด็ก, (คณะพยาบาลศาสตร์ : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ฉบับที่ ๑ กันยายน – พฤศจิกายน ๒๕๕๑), หน้า ๑.

นโยบาย

หน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็กคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ มีนโยบายบริหารหน่วยงาน โดยยึดถือวัตถุประสงค์ นโยบายและพันธกิจของคณะพยาบาลศาสตร์ เป็นแนวทางในการบริหารงาน มีวิสัยทัศน์คือ “เด็กทุกคนต้องได้รับการพัฒนาให้เต็มซึ่งศักยภาพของแต่ละคน” เป็นศูนย์กลางด้านบริการการดูแลเด็กเล็ก ส่งเสริมการเรียนรู้การสอนด้านการพยาบาลกุมารเวชศาสตร์ ตลอดจนทำการวิจัยค้นคว้าเกี่ยวกับด้านกุมารเวชศาสตร์และการป้องกันการติดเชื้อในสถานรับเลี้ยงเด็ก พัฒนาความรู้ความสามารถของบุคลากรเพื่อส่งเสริมและสนับสนุนงานด้านวิชาการ การจัดการเรียนการสอน การบริการวิชาการแก่ชุมชนและด้านวิจัย นอกจากนี้ยังดำเนินการด้านประกันคุณภาพของหน่วยงาน ให้สอดคล้องกับนโยบายของคณะพยาบาลศาสตร์ มีการประชุมร่วมกับหัวหน้างาน หัวหน้าหน่วย เพื่อให้การดำเนินงานสอดคล้องกับการดำเนินงานของคณะฯ มีการประชุมผู้ได้บังคับบัญชาเพื่อรับทราบนโยบายและวางแผนการดำเนินงานร่วมกัน เพื่อให้การปฏิบัติงานต่างๆ สัมฤทธิ์ผลตามวัตถุประสงค์ของหน่วยสาธิตฯ ที่ตั้งไว้ และให้ความสำคัญกับบริการการดูแลเด็กที่มีคุณภาพสนับสนุนให้บุคลากรศึกษาค้นคว้าและพัฒนาตนเองด้านวิชาการเพื่อพัฒนาตนเอง และเพิ่มพูนความรู้ด้านเทคโนโลยีสมัยใหม่ให้สามารถพัฒนาด้านการผลิตสื่อการสอนเพื่อจัดกิจกรรมส่งเสริมพัฒนาการให้เด็กได้อย่างมีประสิทธิภาพ

เป้าหมาย

เด็กและบุคลากร ในหน่วยสาธิตฯ ได้รับการส่งเสริมให้มีสุขภาพดี อยู่ในสิ่งแวดล้อมที่สะอาด ปลอดภัย เอื้อต่อการเรียนรู้ และการอยู่อาศัย ตลอดจนได้รับการปลูกฝังพฤติกรรมสุขภาพที่ดี ผู้ปกครองได้รับความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงดูเด็ก เด็กมีภาวะโภชนาการที่ดี เด็กที่มีปัญหาด้านโภชนาการ และพัฒนาการ ได้รับความช่วยเหลือ เด็กได้รับการส่งเสริมพัฒนาการอย่างเหมาะสมตามวัยจากพี่เลี้ยงเด็กที่มีความรู้ในการเลี้ยงดูเด็ก^๔

ปรัชญา

หน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็กคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ เชื่อว่าเด็กจะเติบโตอย่างมีคุณภาพได้จะต้องได้รับการเลี้ยงดูให้มีสุขภาพสมบูรณ์และมีการเจริญเติบโต มีพัฒนาการตามวัย ทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ – จิตใจ สังคม และสติปัญญา ด้วยความรัก ความอบอุ่นทั้งจากครอบครัวและผู้ดูแลเด็ก การจัดบริการดูแลเด็กในหน่วยสาธิตการสร้างเสริม

^๔ พิมพาภรณ์ กลั่นกลิ่น และคณะ, ถอดบทเรียนศูนย์เด็กเล็กในสถาบันในสถาบันการศึกษาพยาบาล: อ้างแล้ว, หน้า ๔๗-๔๘.

สุขภาพเด็กเล็กคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ จึงมุ่งเน้นให้เด็กได้รับการสร้างเสริมสุขภาพ และส่งเสริมให้มีการเจริญเติบโตและมีพัฒนาการตามศักยภาพของแต่ละคน โดยให้บริการดูแลเด็กร่วมกับการศึกษาวิจัยด้านสุขภาพ การเจริญเติบโตและพัฒนาการเด็ก ด้วยการจัดให้มีบรรยากาศการบริการที่ดี มีความร่วมมือในการทำงานระหว่างบุคลากรเป็นอย่างดี โดยปรับปรุงคุณภาพการบริการอย่างต่อเนื่องเพื่อให้หน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ มีความเป็นเลิศทางด้านการดูแลเด็กวัยทารกและวัยหัดเดิน

ปณิธานและวิสัยทัศน์

หน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก ยึดถือตามปณิธานของคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ โดยมีวิสัยทัศน์ในการที่จะเป็นผู้นำและศูนย์รวมทางวิชาการด้านการเป็นสถานเลี้ยงเด็กวัยทารกและวัยหัดเดิน โดยมุ่งเน้นการบริการที่มีคุณภาพ การศึกษาวิจัยเพื่อให้เด็กผู้รับบริการมีการเจริญเติบโตและพัฒนาการที่ดี

พันธกิจ

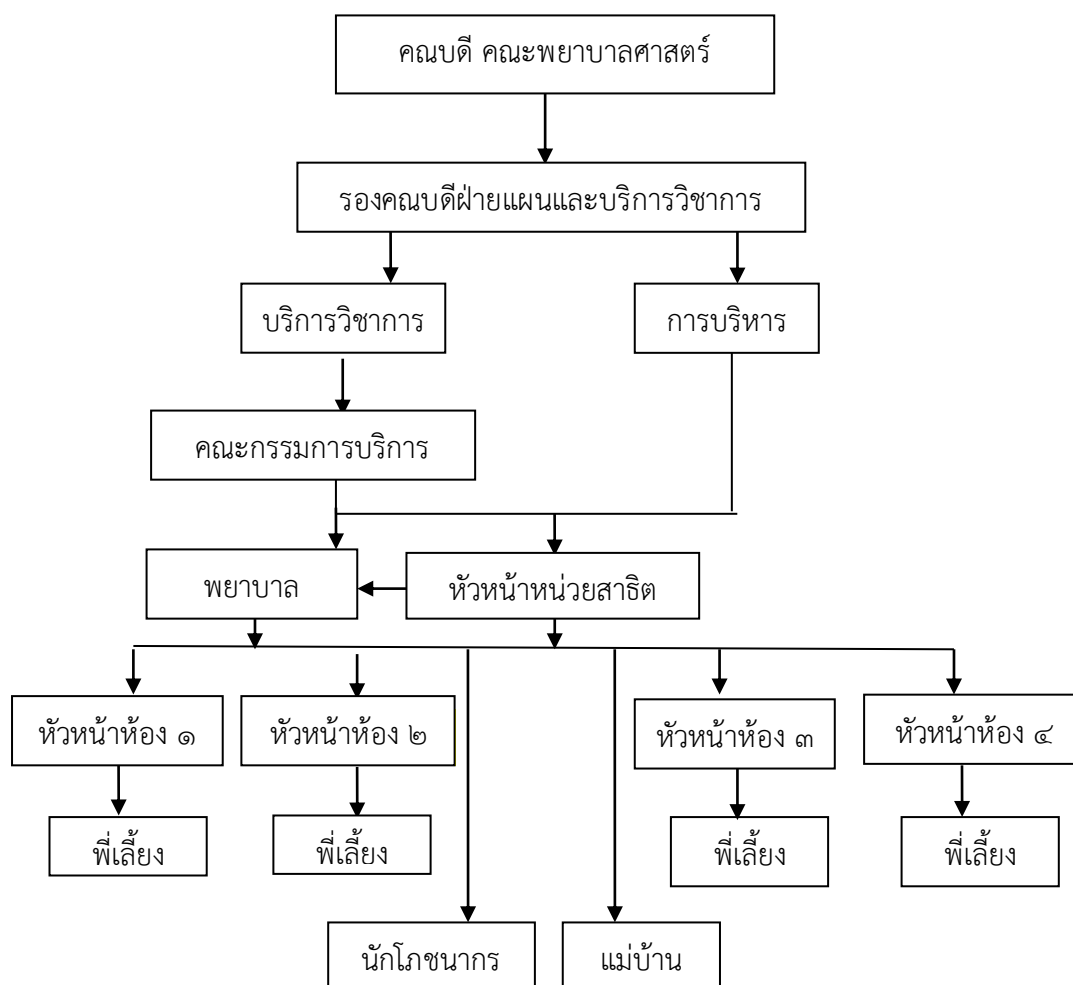
หน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็กคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่มีภารกิจหลัก ๖ ประการ ดังนี้

๑. ให้บริการการดูแลเด็กวัยทารกและวัยหัดเดินอย่างมีคุณภาพแก่สังคม
๒. ให้บริการวิชาการ การดูแลเด็กวัยทารกและวัยหัดเดินแก่สังคม
๓. เป็นแหล่งฝึกปฏิบัติและดูงานเกี่ยวกับการดูแลเด็กวัยทารกและวัยหัดเดิน
๔. เป็นแหล่งศึกษาวิจัยด้านการดูแลเด็กวัยทารกและวัยหัดเดิน
๕. เป็นศูนย์รวมวิชาการด้านการดูแลเด็กวัยทารกและวัยหัดเดิน
๖. ส่งเสริมทำนุบำรุงศิลปวัฒนธรรม

โครงสร้างการบริหาร

ในปี พ.ศ. ๒๕๕๓ มีการปรับโครงสร้างของมหาวิทยาลัยและของคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ จึงได้มีการปรับโครงสร้างการบริหารงานของหน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็กคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ดังนี้^๙

^๙ พิมพาภรณ์ กลั่นกลิน และคณะ, ถอดบทเรียนศูนย์เด็กเล็กในสถาบันในสถาบันการศึกษาพยาบาล: อ้างแล้ว, หน้า ๕๙.



คณะกรรมการมีบทบาทหน้าที่ในการบริการวิชาการที่เกี่ยวกับหน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็กคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ได้แก่ การพัฒนาวิชาการของครูพี่เลี้ยง ผู้ปกครอง และบุคคลทั่วไป ที่เกี่ยวกับการดูแลเด็ก การทำการศึกษาวิจัย การศึกษาชุมชนที่เกี่ยวข้องกับหน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็กฯ ตลอดจนการติดต่อประสานงานกับฝ่ายบริการวิชาการของคณะพยาบาลศาสตร์ และยังมีหน้าที่ ดังต่อไปนี้

๑. กำหนดนโยบายแผนงานการดำเนินงานด้านบริการวิชาการ
๒. วางแผนการพัฒนาวิชาการสำหรับบุคลากรและบุคคลทั่วไป
๓. ดำเนินงานด้านพัฒนาวิชาการของหน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็กคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ตามแผนที่วางไว้
๔. ส่งเสริมการทำวิจัยและการนำผลงานวิจัยมาใช้
๕. ประสานงานกับหน่วยงานอื่นที่เกี่ยวข้อง

๖. พิจารณาอนุมัติการทำวิจัยในหน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็กคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
๗. ร่วมประเมินผลการดำเนินงานด้านบริการวิชาการ
๘. ให้ข้อเสนอแนะในด้านบริการวิชาการของหน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็กคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

การดำเนินงาน

หน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็กคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ดำเนินงานในรูปแบบของคณะกรรมการบริการวิชาการ ซึ่งเป็นอาจารย์ประจำจากกลุ่มวิชาต่างๆ ภายใต้การบริหารงานของคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

วัตถุประสงค์

๑. ส่งเสริมให้เด็กมีการเจริญเติบโตและมีพัฒนาการที่ดี สมวัยทุกด้าน
๒. ส่งเสริมให้เด็กมีมนุษยสัมพันธ์กับการใช้ชีวิต
๓. สนับสนุนส่งเสริมการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา
๔. ส่งเสริมการมีส่วนร่วมในการดูแลบุตรของมารดาบิดา
๕. ส่งเสริมการดูแลเด็กวัยทารกและหัดเดินอย่างมีคุณภาพภายใต้ความรู้ที่ได้จากการศึกษาและวิจัย
๖. พัฒนาศักยภาพ และการวิจัยการดูแลเด็กวัยทารกและหัดเดิน

การให้บริการ

หน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็กคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ให้บริการดูแลเด็ก วันจันทร์ – วันศุกร์ เวลา ๐๗.๓๐ – ๑๖.๓๐ น. เว้นวันหยุดราชการและวันหยุดนักขัตฤกษ์ โดยรับเด็กที่มีอายุระหว่าง ๖ สัปดาห์ ถึง ๓ ปี ทั้งเพศหญิงและชายที่มีสุขภาพสมบูรณ์ แข็งแรง แบ่งเด็กเป็น ๔ ห้องตามอายุของเด็ก ได้แก่

- ห้องทารก ๑ รับเด็กอายุ ๖ สัปดาห์ ถึง ๑๑ เดือน จำนวน ๔ คน มีผู้ดูแลเด็ก ๓ คน
- ห้องทารก ๒ รับเด็กอายุ ๖ สัปดาห์ ถึง ๑๑ เดือน จำนวน ๖ คน มีผู้ดูแลเด็ก ๒ คน
- ห้องเด็กเล็ก รับเด็กอายุ ๑๑ เดือน ถึง ๑๘ เดือน จำนวน ๑๖ คน มีผู้ดูแลเด็ก ๔ คน
- ห้องเด็กโต รับเด็กอายุ ๑๘ เดือน ถึง ๓๖ เดือน จำนวน ๑๘ คน มีผู้ดูแลเด็ก ๓ คน

บริการที่จัดให้มีดังนี้

๑. ด้านโภชนาการ หน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็กคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ จะทำการประเมินภาวะโภชนาการเด็กเดือนละครั้ง และจัดอาหารที่เหมาะสมกับเด็กแต่ละคร โดยให้อาหารเสริมตามวัย อาหารกลางวัน และอาหารว่าง ในวัยเด็กทารกส่งเสริมให้ได้รับนมอย่างน้อย ๖ เดือน

๒. ด้านการดูแลสุขภาพ

- ๒.๑. ดูแลรักษาความสะอาดร่างกายและความสุขสบายทั่วไป
- ๒.๒. สอนและฝึกเด็กหัดเดินเกี่ยวกับการทำความสะอาดปากฟัน การล้างมือ การเลิกขวดนม การรับประทานอาหาร การขับถ่ายและการใช้ห้องน้ำห้องส้วม
- ๒.๓. ตรวจสุขภาพเด็กทุกคนโดยกุมารแพทย์ปีละ ๒ ครั้ง พิจารณาส่งต่อในกรณีที่เหมาะสม
- ๒.๔. ตรวจคัดกรองสุขภาพโดยพยาบาลทุกวัน
- ๒.๕. ป้องกันอุบัติเหตุและให้การช่วยเหลือในระยะแรก
- ๒.๖. ตรวจสุขภาพปากและฟันโดยทันตแพทย์ปีละครั้ง
- ๒.๗. ดูแลให้เด็กนอนหลับพักผ่อนอย่างเพียงพอ
- ๒.๘. ดูแลให้เด็กได้เล่นและออกกำลังกายอย่างเพียงพอ และเหมาะสมตามวัย
- ๒.๙. จัดสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการส่งเสริมสุขภาพ

๓. ด้านการประเมินการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของเด็ก

- ๓.๑. ชั่งน้ำหนักและวัดส่วนสูงเด็กเดือนละครั้ง
- ๓.๒. วัดรอบศีรษะเด็กอายุต่ำกว่า ๒ ปี เดือนละครั้ง
- ๓.๓. ประเมินพัฒนาการเด็ก ๒ เดือนครั้ง
- ๓.๔. สังเกตและประเมินพฤติกรรมของเด็ก

๔. ด้านการส่งเสริมพัฒนาการ

หน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็กคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ จัดกิจกรรมทุกวันเพื่อส่งเสริมพัฒนาการเด็กทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ของเด็กให้เหมาะสม ตลอดจนสอนให้เด็กมีพฤติกรรมที่เหมาะสม

๕. ด้านการควบคุมและป้องกันการติดเชื้อ

หน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็กคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ มีนโยบายการควบคุมและป้องกันการติดเชื้อเพื่อให้เด็กปลอดภัยจากการติดเชื้อมากที่สุด โดยดำเนินการในเรื่องการเฝ้าระวังการติดเชื้ออย่างต่อเนื่อง การจัดสิ่งแวดล้อมและอุปกรณ์ต่างๆให้สะอาด การให้อาหารที่สะอาดถูกหลักสุขอนามัย การล้างมือของบุคลากร เด็กและผู้ปกครอง การ

กำจัดขยะและสิ่งสกปรกต่างๆ และการควบคุมให้บุคลากรและนักศึกษาที่ฝึกปฏิบัติงานให้ปฏิบัติตามหลักการที่กำหนดอย่างเคร่งครัด

๖. ด้านการให้ความรู้และคำปรึกษาแก่ผู้ปกครอง

หน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็กคณะพยาบาลศาสตร์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่จัดทำสมุดรายงานเกี่ยวกับพฤติกรรมและภาวะสุขภาพของเด็กให้ผู้ปกครองทราบทุกวัน และจัดทำรายงานบันทึกเกี่ยวกับสุขภาพและพัฒนาการของเด็กแก่ผู้ปกครองทุกเดือน รวมทั้งจัดบริการให้คำแนะนำและการปรึกษาเกี่ยวกับการดูแลเด็กแก่ผู้ปกครอง โดยพยาบาลและอาจารย์ที่เกี่ยวข้องทางด้านสุขภาพกุมารเวชศาสตร์ นอกจากนี้ยังมีเอกสารแผ่นพับ จัดบอร์ดความรู้เรื่องต่างๆ เกี่ยวกับการดูแลเด็กให้ผู้ปกครอง

๗. ด้านการบริการวิชาการ

หน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็กคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่จัดให้ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพเด็ก และการดูแลเด็กแก่ผู้ปกครองและบุคคลทั่วไป จัดนิทรรศการความรู้เป็นครั้งคราวภายในหน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็กคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่และจัดอบรมเกี่ยวกับการดูแลเด็กให้แก่บุคลากรสถานเลี้ยงเด็กเป็นประจำ^{๑๐}

สถาบันการศึกษาพยาบาลในภาคเหนือ ที่เป็นส่วนของคณะพยาบาลศาสตร์ มีของมหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง จังหวัดเชียงราย มหาวิทยาลัยพะเยา จังหวัดพะเยา มหาวิทยาลัยนเรศวร จังหวัดพิษณุโลก และมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ จังหวัดเชียงใหม่ แต่มี ๒ สถาบันที่เปิดให้บริการเกี่ยวกับเด็กเล็ก คือ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ และคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร

ศูนย์พัฒนาเด็กปฐมวัย คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร^{๑๑} ได้เปิดให้บริการรับเลี้ยง ดูแลเด็กอายุ ๓ เดือน ถึง ๓ ปี และได้เปิดทำการตั้งแต่เดือน ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๔๗ เปิดหลังคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ถึง ๑๖ ปี และการรับบริการดูแลเด็กทางคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ได้เปิดให้บริการรับเลี้ยง ดูแลเด็กอายุ ๖ สัปดาห์ ถึง ๓ ปี การพิจารณารับเด็กที่ไม่มีภาวะเปี่ยงเบนทางสุขภาพ เพื่อเป็นแหล่งเรียนรู้และพัฒนาองค์ความรู้ด้านการสร้างเสริมสุขภาพ และเป็นสวัสดิการแก่บุคลากรภายในมหาวิทยาลัย บริหารงาน โดยได้รับการสนับสนุนจากคณะพยาบาลศาสตร์ และหน่วยงานอื่นๆ ภายในมหาวิทยาลัย ได้ตระหนักถึง

^{๑๐} หน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก, เอกสารเพื่อแม่, (คณะพยาบาลศาสตร์ : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๕๕).

^{๑๑} พิมพ์ภรณ์ กลั่นกลิน และคณะ, ถอดบทเรียนศูนย์เด็กเล็กในสถาบันในสถาบันการศึกษาพยาบาล, อ่างแล้ว, หน้า ๒๐-๒๑.

ความสำคัญของการดูแลสุขภาพของเด็กปฐมวัย สร้างพื้นฐานความแข็งแรงด้านร่างกายและอารมณ์ เพื่อให้เด็กมีสุขภาพแข็งแรง มีความสุข ควบคู่ไปกับการปลูกฝังคุณธรรมและจริยธรรม โดยการมีส่วนร่วมของครอบครัว

นอกจากคณะพยาบาลศาสตร์ ในมหาวิทยาลัยแล้วยังมีวิทยาลัยพยาบาลที่เปิดบริการดูแลเด็ก เช่น วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี นครลำปาง (วิทยาเขตเขลางค์นคร)^{๑๒} เปิดศูนย์พัฒนาเด็กก่อนวัยเรียนเริ่มก่อตั้งเมื่อปีพุทธศักราช ๒๕๒๔ เดิมชื่อ ศูนย์เลี้ยงเด็ก รับเด็กอายุตั้งแต่ ๓ เดือน ถึง ๔ ปี วัตถุประสงค์เพื่อเป็นสวัสดิการ ช่วยดูแลบุตรหลานของบุคลากรของวิทยาลัยฯ ในช่วงกลางวัน การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และเป็นแหล่งฝึกให้นักศึกษาได้มีประสบการณ์ในการดูแลเด็กก่อนวัยเรียน ปลายปี ๒๕๔๔ ได้รวม วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี นครลำปาง กับ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี เขลางค์นคร เป็นวิทยาลัยเดียวกันโดยสังกัดสถาบันพระบรมราชชนก กระทรวงสาธารณสุข และได้ขยายบทบาทโดยเป็นแหล่งให้บริการชุมชน เป็นแหล่งสร้างองค์ความรู้ และวิจัยเกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพเด็กปฐมวัย เป็นแหล่งฝึกปฏิบัติของนักศึกษาพยาบาล และเป็นแหล่งศึกษาดูงานภายนอก ได้จัดกิจกรรมส่งเสริมพัฒนาการเด็กทุกด้านที่เหมาะสมกับวัยของเด็ก ทำให้เด็กมีพัฒนาการด้านร่างกาย เกิดทักษะในการใช้กล้ามเนื้อมัดใหญ่ในการเคลื่อนไหว การใช้กล้ามเนื้อมัดเล็กในการหยิบจับ ชีตเขียน การใช้ภาษาเพื่อการสื่อสาร และเรียนรู้สิ่งต่างๆรอบตัว การอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข และปลูกฝังในเด็กมีสุขลักษณะที่ดีและพึงประสงค์สำหรับเด็กไทย ในยุคปัจจุบัน เช่นการปลูกฝังให้เด็กมีสุขนิสัยที่ดี รู้จักดูแลและช่วยเหลือตนเอง ความสามารถในการปรับตัว การควบคุมอารมณ์ ภาวะผู้นำ ความคิดสร้างสรรค์ การมีระเบียบวินัย คุณธรรมจริยธรรม โดยการสอดแทรกไปกับกิจกรรมการเรียนรู้ที่หลากหลาย ก่อให้เกิดคุณลักษณะเด็กเก่ง ดี มีสุข สอดคล้องกับการจัดการศึกษาหลักสูตรปฐมวัย

จะเห็นได้ว่าสถานที่ในการรับเลี้ยงและอบรมสั่งสอนบุตรแต่ละแห่งมีจุดมุ่งหมายที่ไม่ต่างกัน ช่วยแบ่งเบาภาระมารดาบิดาที่ไม่สามารถเลี้ยงดูบุตรได้เองในช่วงเวลากลางวันขณะที่ต้องออกไปทำงานเพื่อหาเลี้ยงครอบครัว เพื่อหวังให้เด็กมีพัฒนาการที่สมวัย มีคุณธรรมจริยธรรมประจักษ์เป็นอนาคตของชาติที่มีคุณภาพ อยู่ในสังคมได้อย่างเป็นปกติสุข

^{๑๒} วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี นครลำปาง, เอกสารเพื่อแม่, ๒๕๖๒ ถ.พหลโยธิน ต.หัวเวียง อ.เมือง ลำปาง.

๓.๒ การส่งเสริมพัฒนาการบุตร ของหน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ทางหน่วยสาธิตฯ ได้มีการส่งเสริมพัฒนาการบุตรในความดูแลให้มีสุขภาพและพัฒนาการที่เหมาะสมตามวัย จึงได้มีวัตถุประสงค์ในการให้บริการแก่สังคมในการให้การดูแลบุตรอายุ ๖ สัปดาห์ ถึง ๓ ปี ทางหน่วยสาธิตฯ ได้ตระหนักถึงปัญหาในการขาดแคลนผู้ดูแลบุตรที่มีคุณภาพให้กับครอบครัวที่มารดาบิดาไม่สามารถดูแลบุตรได้ด้วยตนเองในช่วงเวลากลางวัน ดังนั้นจึงได้มีการส่งเสริมพัฒนาการบุตรในหน่วยสาธิตฯ โดยได้จัดกิจกรรม ดังนี้

๓.๒.๑ ส่งเสริมให้เด็กมีการเจริญเติบโตและพัฒนาการที่ดี สมวัยทุกด้าน

การเจริญเติบโตและพัฒนาการของเด็กจะมีการเปลี่ยนแปลงตามอายุที่มีความสัมพันธ์กับปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมและวุฒิภาวะ ซึ่งจะมีผลต่อความพร้อมและความสามารถของเด็กในการเรียนรู้ซึ่งจะทำให้เด็กแต่ละคนมีความแตกต่างกัน ทั้งในเรื่องการเจริญเติบโตที่เป็นการเพิ่มขนาดของร่างกายเด็กทั้งจำนวนเซลล์และขนาดของเซลล์ในร่างกายเด็กโดยสามารถประเมินได้จากการวัดส่วนสูงและน้ำหนักตัวของเด็ก ส่วนเรื่องพัฒนาการนั้นเป็นการเพิ่มทักษะ ความสามารถในการด้านต่างๆ ของเด็กทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญา ที่ควรมีการประเมินและติดตามการเปลี่ยนแปลงของพัฒนาการเด็กอย่างต่อเนื่องเพื่อเป็นการเฝ้าระวังปัญหาพัฒนาการที่อาจเกิดขึ้น จุฬามาต โชติบาง ได้กล่าวถึง^{๑๓} การศึกษาการเจริญเติบโตและพัฒนาการเด็ก ซึ่งได้ทำการวิจัยและสังเกตพฤติกรรมของเด็กมาเป็นเวลานานจนได้ข้อสรุปและได้ทราบถึงหลักการจึงสามารถคาดเดาการเจริญเติบโตและพัฒนาการเด็กในเวลาข้างหน้าว่าเป็นอย่างไร แบบไหน ซึ่งเด็กทุกคนจะมีแบบแผนการเจริญเติบโตและพัฒนาการเป็นแบบเดียวกัน นิตยา ไทยาภิรมย์และพิมพาภรณ์ กลั่นกลิ่นได้อธิบายถึง^{๑๔} ลักษณะการเจริญเติบโตและพัฒนาการ โดยมีหลักการใหญ่อยู่ ๘ ข้อ คือ

- เป็นกระบวนการต่อเนื่อง ไม่ย้อนกลับ ไม่ข้ามขั้น เห็นได้จากความสูงของเด็กจากเตี้ยไปสูง หรือน้ำหนักจากน้อยไปมาก และคลานได้ก่อนยืน ยืนได้ก่อนเดิน การเจริญเติบโตและพัฒนาการจะมีลักษณะต่อเนื่องกัน

- การเจริญเติบโตและพัฒนาการของเด็กแต่ละคน แต่ละวัยไม่เท่ากัน เช่นเด็กบางคนเดินได้เมื่ออายุ ๑๑ เดือน บางคนเดินได้อายุ ๑๔ เดือน

^{๑๓} จุฬามาต โชติบาง, การสร้างเสริมสุขภาพวัยหัดเดิน. แผนงานพัฒนาเครือข่ายพยาบาลศาสตร์เพื่อสร้างเสริมสุขภาพ (สสส) ระยะที่ ๒, (คณะพยาบาลศาสตร์ : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๕๔), หน้า ๖.

^{๑๔} นิตยา ไทยาภิรมย์และพิมพาภรณ์ กลั่นกลิ่น, การสร้างเสริมสุขภาพเด็ก เล่ม๑, (คณะพยาบาลศาสตร์ : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๕๔), หน้า ๒๖.

- อัตราการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของอวัยวะต่างๆ ในร่างกายไม่เท่ากัน เช่น ระบบประสาทจะเจริญเติบโตและพัฒนาตีใน ๕ ปีแรก อวัยวะสืบพันธุ์เจริญและทำงานช้าจนถึงเข้าสู่วัยรุ่นจะเริ่มเจริญรวดเร็ว กระดูกเจริญเร็วกว่ากล้ามเนื้อ

- แบบแผนการเจริญเติบโตและการพัฒนาการมีทิศทางที่แน่นอน คือ มีการเจริญเติบโตและการพัฒนาการเริ่มจากศีรษะไปเท้า พัฒนาการเริ่มจากส่วนกลางลำตัวไปสู่ด้านข้าง พัฒนาการเริ่มจากง่ายไปยากหรือที่ซับซ้อน

- พัฒนาการแต่ละด้านมีความสัมพันธ์กัน และส่งเสริมซึ่งกันและกัน เช่น เมื่อประสาทส่วนกลางเจริญเต็มที่ซึ่งสัมพันธ์กับความสามารถด้านความคิด เด็กจะพูดได้จะต้องมีกล้ามเนื้อและประสาทที่ควบคุมการพูดเจริญเต็มที่

- พัฒนาการที่เพิ่มขึ้นเกิดจากความสามารถที่ซับซ้อนมากขึ้น คือ เมื่อมีความชำนาญในการทำสิ่งใหม่เกิดขึ้น เด็กจะต้องมีการเรียนรู้ที่ซับซ้อนเพิ่มขึ้น

- พัฒนาการจะเป็นไปทีละอย่างทีละขั้นตอนโดยไม่ได้เกิดขึ้นพร้อมๆ กัน เช่น การหัดเดิน การหัดพูด หรือการดื่อกอาหารเข้าปาก เด็กไม่ได้ทำไปพร้อมๆ กัน เด็กจะเรียนรู้ความสามารถไปทีละเรื่อง

- การเจริญเติบโตและการพัฒนาการ มีระยะวิกฤตบางอย่างจะเกิดขึ้นในช่วงระยะเวลาหนึ่งเท่านั้น ถ้าช่วงนั้นเกิดปัญหาจะทำให้เกิดผลในช่วงนั้นทันที

นิตยา ไทยาภิรมย์และอุษณีย์ จินตะเวช ได้อธิบายถึงการเจริญเติบโตและการพัฒนาการไว้ว่า^{๑๕} เป็นกระบวนการของการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นตลอดวงจรของชีวิตที่มีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกัน ซึ่งเป็นผลของปัจจัยทางพันธุกรรม (genetic factor) เป็นสิ่งที่ติดตัวเด็กมา และปัจจัยทางสิ่งแวดล้อม (environmental factor) เป็นการเรียนรู้ การฝึกฝน การเลี้ยงดูและประสบการณ์ต่างๆ ที่ได้รับหลังจากเด็กเกิดมา โดยผู้ใหญ่ไม่ว่าจะเป็น ปู่ย่า ตายาย พ่อแม่ ผู้ดูแลเด็ก และผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องในการอบรมเลี้ยงดู ล้วนแต่เป็นผู้ให้ประสบการณ์กับเด็กทั้งสิ้น

สุชา จันทน์เอน ได้กล่าวว่า^{๑๖} การเจริญเติบโตและการพัฒนาการต่างก็มีความสัมพันธ์อย่างใกล้ชิด โดยพัฒนาการจะเกิดขึ้นนั้นย่อมต้องอาศัยการเจริญเติบโตเป็นพื้นฐาน มนุษย์ทุกคนถ้าไม่มีความเจริญเติบโต ย่อมจะไม่สามารถใดๆ หรือมีลักษณะใหม่ๆ เกิดขึ้นได้

^{๑๕} นิตยา ไทยาภิรมย์และอุษณีย์ จินตะเวช, **การดูแลเด็ก**, (ภาควิชาการพยาบาลกุมารเวชศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๔๑), หน้า ๙.

^{๑๖} สุชา จันทน์เอน, **จิตวิทยาพัฒนาการ**, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร : ไทยวัฒนาพานิช จำกัด, ๒๕๔๐), หน้า ๒.

การส่งเสริมการเจริญเติบโต

การเจริญเติบโต (growth) เป็นการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายซึ่งเป็นผลของการเพิ่มปริมาณจำนวนเซลล์ การเพิ่มขนาดของเซลล์ การแบ่งเซลล์ และการสังเคราะห์โปรตีน ทำให้เกิดการเพิ่มขนาดหรือน้ำหนักของเซลล์ทั้งร่างกาย สามารถวัดได้เป็น น้ำหนัก ส่วนสูง นิตยา ไทยาภิรมย์และอุษณีย์ จินตะเวช ได้พูดว่า^{๑๗} การเจริญเติบโตของบุตรขึ้นอยู่กับปัจจัยที่สำคัญคือ พันธุกรรม โภชนาการและฮอร์โมน สามารถวัดได้ด้วยน้ำหนักเป็นปอนด์ หรือกิโลกรัมและส่วนสูงเป็นเซนติเมตรหรือนิ้ว การเจริญเติบโต มีการให้ความหมายไว้หลายลักษณะนอกจากที่มีการเพิ่มขนาดหรือน้ำหนักของเซลล์แล้ว การเจริญเติบโตยังสามารถสรุปได้ว่า เป็นการเพิ่มขนาดของร่างกายหรือการที่มีการเปลี่ยนแปลงของปริมาณ ขนาด และจำนวนเซลล์ทำให้ร่างกายมีขนาดเพิ่มขึ้น การเปลี่ยนแปลงนี้สามารถวัดได้จากความสูง ความกว้าง ความยาว ความหนา และน้ำหนัก

สุชา จันทน์เอม ได้กล่าวว่าการเจริญเติบโต หมายถึง^{๑๘} ความเปลี่ยนแปลงในด้านขนาด รูปร่าง สัดส่วน ตลอดจนกระดูกและกล้ามเนื้อ เมื่อเราพูดถึงความเจริญเติบโตของมนุษย์ เรามักหมายถึง การที่บุคคลมีน้ำหนักเพิ่มขึ้นและมีส่วนสูงเพิ่มขึ้น

เพ็ญศรี พิชัยสนิธ อ่างใน นพวรรณ องค์ไชย ว่าการเจริญเติบโต หมายถึง^{๑๙} การเพิ่มขนาดของส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกายหรือของทั้งร่างกาย การเพิ่มขนาดนี้เราสามารถวัดได้ เช่น การเพิ่มของน้ำหนัก ลำตัวยาวขึ้น การเจริญเติบโตจึงเป็นการเปลี่ยนแปลงในแง่ของปริมาณและสามารถสังเกตเห็นได้

จินตนา พัฒนพงศ์ธร พูดถึงการเจริญเติบโตว่า หมายถึง^{๒๐} การเปลี่ยนแปลงขนาดของร่างกายและอวัยวะ ซึ่งเกิดจากการเพิ่มจำนวนขนาดของเซลล์และส่วนหล่อเลี้ยง ทำให้รูปร่างเปลี่ยนมีขนาดโตขึ้นจะรู้ถึงการเปลี่ยนแปลงนี้โดยการชั่งน้ำหนัก และรู้ถึงความสูงของร่างกายนอกจากจะสังเกตโดยใช้สายตาแล้วยังรู้ถึงระดับความสูงด้วยการวัดด้วยเครื่องมือวัดที่ได้มาตรฐานสากลเป็นที่ยอมรับ การเพิ่มจำนวน เช่น ฟัน

^{๑๗} นิตยา ไทยาภิรมย์และอุษณีย์ จินตะเวช, **การดูแลเด็ก**, อ่างแล้ว, หน้า ๙.

^{๑๘} สุชา จันทน์เอม, **จิตวิทยาพัฒนาการ**, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร : ไทยวัฒนาพานิช จำกัด, ๒๕๔๐), หน้า ๒.

^{๑๙} นางสาวนพวรรณ วงศ์ไชย, “บทบาทบิดามารดาในการส่งเสริมสุขภาพกับภาวะสุขภาพของเด็กทารก”, **วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๔๕), หน้า ๗.

^{๒๐} จินตนา พัฒนพงศ์ธร, **คู่มือพัฒนาการเด็กเล็กและการประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัย เพื่อการพัฒนาศูนย์เด็กเล็กน่ายอยู่**, ศูนย์อนามัยที่ ๑๐ เชียงใหม่, หน้า ๑.

รศ.วิลาวัลย์ พิเชียรเสถียร และคณะ ได้กล่าวว่า^{๒๑} การเจริญเติบโตจะเป็นไปตามลำดับขั้นตอนจะไม่เป็นไปโดยข้ามขั้น ธรรมชาติจะเป็นตัวกำหนดลำดับขั้นในการเจริญเติบโตของมนุษย์ เช่น นอน ค่ำ นั้ง ยืน เดิน และวิ่ง ตามลำดับ กล้ามเนื้อมัดใหญ่จะมีพัฒนาการก่อนกล้ามเนื้อเล็ก การเจริญเติบโตจึงเป็นตัวชี้วัดที่สำคัญของภาวะสุขภาพของเด็ก โดยเฉพาะในเด็กวัย ๐-๓ ปี

นิตยา ไทยาภิรมย์และพิมพาภรณ์ กลั่นกลิ่น ได้อธิบายถึง ว่า^{๒๒} การเจริญเติบโตด้านร่างกายของเด็กวัยนี้จะมีอัตราการเจริญเติบโตของร่างกายในส่วนต่างๆ ที่มีความสัมพันธ์กับโครงสร้างภายใน ดังนี้

* การเพิ่มขึ้นของขนาดร่างกาย * ได้แก่

- การเพิ่มขึ้นของความสูง เป็นความยาวของกระดูก (Skeletal growth or Linear growth) ที่เพิ่มขึ้นจนถึงขีดสูงสุดตอนอายุ ๒๑ ปี การเพิ่มของแต่ละวัย แต่ละคนแตกต่างกัน และการเพิ่มขึ้นของความสูงของผู้หญิงและผู้ชายก็แตกต่างกัน

- การเพิ่มขึ้นของน้ำหนักที่เกิดจากการแบ่งตัวของเซลล์ น้ำหนักของทารกและวัยรุ่นมีอัตราการเพิ่มอย่างรวดเร็ว และการเพิ่มของอวัยวะส่วนต่างๆ ของร่างกายไม่เท่ากัน เช่น กระดูกจะเจริญเร็วกว่ากล้ามเนื้อ มวลของกล้ามเนื้อจะเพิ่มขึ้นเร็วกว่าของหัวใจ ลักษณะความแตกต่างของร่างกายในเด็กแต่ละวัยไม่เหมือนกัน เช่น เด็กเล็กๆ จะดูอ้วนกลม เด็กวัยเรียนต่อวัยรุ่นจะดูแก่ง้าง แต่พอเป็นวัยรุ่นร่างกายจะดูสมส่วน

- การเติบโตของกล่องเสียงและเส้นเสียง เด็กผู้หญิงจะมีเสียงแหลม เด็กผู้ชายเสียงจะห้าว ทุ้ม เมื่อเข้าสู่วัยรุ่นเกิดจากเส้นเสียงมีความยาวและขนาดใหญ่ขึ้น

* การเพิ่มของศีรษะ * เป็นการเจริญเติบโตของสมองโดยการประเมินจากการวัดรอบศีรษะ สมองจะมีความเจริญเติบโตร้อยละ ๗๕ เมื่อมีอายุ ๑๘ เดือน สมองมีความเจริญเติบโตร้อยละ ๙๐ เมื่อมีอายุ ๔ - ๕ ปี เมื่อแรกเกิดทารกมีขนาดเส้นรอบศีรษะมากกว่าเส้นรอบอกแต่พอเด็กมีอายุ ๒ ปี เส้นรอบอกมากกว่าเส้นรอบศีรษะ

กิจกรรมที่หน่วยสาธารณสุขส่งเสริมสุขภาพเด็กเล็กคณะพยาบาลศาสตรมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ได้จัดเพื่อส่งเสริมการเจริญเติบโตของเด็ก ดังนี้

๑. การประเมินการเจริญเติบโต โดยการวัดส่วนสูง ชั่งน้ำหนัก และวัดรอบศีรษะ เดือนละครั้ง เนื่องจากส่วนสูงเป็นสิ่งที่สำคัญที่สุดใ้บอกการเจริญเติบโต น้ำหนักจะเป็นเครื่องบ่งชี้สภาวะ

^{๒๑} รศ.วิลาวัลย์ พิเชียรเสถียร และคณะ, รูปแบบการส่งเสริมสุขภาพเด็กในศูนย์เด็กเล็ก คณะพยาบาลศาสตร มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, (คณะพยาบาลศาสตร : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๔๕), หน้า ๒๐.

^{๒๒} นิตยา ไทยาภิรมย์และพิมพาภรณ์ กลั่นกลิ่น, การสร้างเสริมสุขภาพเด็ก เล่ม ๑, อ้างแล้ว, หน้า ๓๕-๓๖.

การเจริญเติบโตและโภชนาการ ส่วนเส้นรอบศีรษะจะบอกถึงการเจริญเติบโตของสมองซึ่งในการตรวจศีรษะควรดูรูปร่าง ลักษณะ รอยประสานกระดูกกะโหลกศีรษะและขนาดของกะหม่อมด้วย ส่วนสูงและน้ำหนักที่ได้นำไปเทียบกับกราฟมาตรฐานการเจริญเติบโตเพื่อประเมินว่าเด็กมีการเจริญเติบโตปกติหรือช้ากว่าปกติหรือไม่^{๒๓} โดย เด็กวัยทารก มีการชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง และวัดรอบศีรษะ เด็กวัยหัดเดิน โดยการชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง ทุกเดือน ลงบันทึกและแปลผลการเจริญเติบโต นำไปคำนวณเปรียบเทียบกับค่ามาตรฐานการเจริญเติบโตหรือภาวะโภชนาการของเด็ก การประเมินการเจริญเติบโตทำให้รู้ถึงภาวะสุขภาพร่างกายของเด็ก

๒. จัดทำรายงานการเจริญเติบโตของเด็กให้แก่ผู้ปกครองทุกคนเป็นประจำทุกเดือน เพื่อให้ได้ทราบถึงน้ำหนัก ส่วนสูง ของเด็ก จะได้ช่วยกันทั้งบ้านและหน่วยสาธารณสุข ถ้าเด็กมีน้ำหนักเกินหรือน้อยกว่าเกณฑ์ตามมาตรฐานของเด็กไทย ดังที่ นิตยา ไทยาภิรมย์ และ พิมพาภรณ์ กลั่นกลิ่น^{๒๔} ได้กล่าวว่า เด็กมีภาวะโภชนาการเกินมีมากขึ้น เพราะพฤติกรรมมารับประทานไม่เหมาะสม ได้สำรวจเด็กใช้น้ำหนักเทียบกับอายุ ความสูงเทียบกับอายุ น้ำหนักเทียบกับความสูงพบเป็นไปตามเกณฑ์ร้อยละ ๗๐ – ๗๓ โดยมีเด็กอ้วน ร้อยละ ๔ – ๖ และยังมีปัญหาเด็กขาดสารอาหารโดยเฉพาะขาดสารโปรตีนและพลังงาน โรคขาดสารอาหารไอโอดีน โลหิตจางจากการขาดธาตุเหล็กโรคขาดวิตามินเอยังพบอยู่บ้างแต่จำนวนน้อยลงมาก จากการสำรวจพบว่าเด็กวัยก่อนเรียนมีภาวะขาดสารอาหารมากที่สุด เนื่องจาก^{๒๕} วัยนี้มีการเจริญเติบโตรวดเร็ว ความต้องการโปรตีนและพลังงานสารอาหารต่อน้ำหนักตัวสูงกว่าวัยอื่น วัยนี้ยังไม่สามารถรับประทานอาหารได้ด้วยตนเองอย่างเต็มที่ เป็นวัยที่มีโอกาสติดเชื้อมากกว่าและพฤติกรรมการเล่นดู ความเชื่อของผู้เลี้ยงดูเด็ก ทำให้เด็กได้รับสารอาหารไม่เพียงพอ จากการสำรวจโดยกระทรวงสาธารณสุข^{๒๖} พบว่ายังมีปัญหาในการให้อาหารตามวัย เช่น เริ่มให้เร็วเกินไป ส่วนประกอบไม่เหมาะสม มีสารอาหารไม่เพียงพอ ทำให้น้ำหนักและความยาวของเด็กต่ำกว่าเกณฑ์ รวมทั้งพบปัญหาเด็กอ้วน ขาดธาตุเหล็ก ขาดวิตามิน เป็นต้น ดังนั้นเพื่อป้องกันและแก้ปัญหาจึงได้จัดทำ ข้อปฏิบัติการให้อาหารเพื่อสุขภาพที่ดีของทารกและเด็กเล็กขึ้นและพัฒนากระบวนการสื่อสารในการนำไปสู่การปฏิบัติจริง ทางหน่วยสาธารณสุขจึงได้ดำเนินการตามที่สาธารณสุขได้มีนโยบาย ทำให้เด็กในหน่วยสาธิตมีการเจริญเติบโตไปในทางที่ดี เพราะทั้งทาง

^{๒๓} เพ็ญศรี กาญจนนัชนิติ และโยเซฟ ซื่อเพียรธรรม, การเจริญเติบโตและผิดปกติ, กุมารเวชศาสตร์ เล่ม ๑, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท โฮลิสติก พับลิชชิง จำกัด, ๒๕๔๐).

^{๒๔} นิตยา ไทยาภิรมย์และพิมพาภรณ์ กลั่นกลิ่น, การสร้างเสริมสุขภาพเด็ก เล่ม ๑, อ้างแล้ว, หน้า ๕.

^{๒๕} อรุณี เจตศรีสุภาพ, ปัญหาโภชนาการในเด็ก, [ออนไลน์], แหล่งที่มา : www.haamor.com [๑๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙].

^{๒๖} อุมพร สุทัศน์วรวิ, คู่มืออาหารตามวัยสำหรับทารกและเด็กเล็ก, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท ปิยอนด์ เอ็นเนอร์ไฟร์ จำกัด, ๒๕๕๒), หน้า ๖.

มารดาบิดาและทางเจ้าหน้าที่หน่วยสาธิตได้ช่วยกันส่งเสริมเด็กโดยได้ดูกราฟการเจริญเติบโตทางสมุด
 สื่อสารที่ได้จัดบันทึกการเจริญเติบโตไว้

๓. ดูแลความสะอาดและปลอดภัยในการเตรียมอาหารและกระตุ้นการรับประทานอาหาร
 อาหารของเด็กทุกคน ส่งเสริมภาวะโภชนาการ เพื่อให้เด็กได้รับสารอาหารครบถ้วน เพียงพอต่อความ
 ต้องการและการเจริญเติบโตตามวัยของเด็ก จากการสัมภาษณ์ คุณธันว์รัตน์ สร้อยนาค บอกว่า^{๒๗} ได้
 มีหน้าที่ในการดูแลเด็กทั้งวันที่ผู้ปกครองนำมาใช้บริการได้เลี้ยงดูทุกอย่างทั้งวัน รวมถึงการดูแลเรื่อง
 การเจริญเติบโตและความสุขสบายของร่างกาย โดยการป้อนข้าว นม น้ำ ให้เพียงพอต่อความต้องการ
 ของบุตร (เด็ก) เพราะเด็กเล็กยังไม่สามารถที่จะรับประทานอาหารเองได้จึงต้องคอยช่วยเหลือ
 ต้องการและอยากให้เด็กมีการเจริญเติบโตและพัฒนาการที่ดี ดูแลเด็กให้ได้รับความสุขทั้งกายและใจ
 ให้ความรักกับเด็กทุกคนอย่างเท่าเทียมกันไม่เลือกปฏิบัติ จนทำให้เด็กได้รับอาหารอย่างเพียงพอและ
 มีการเจริญเติบโตที่สมวัย แต่ขั้นตอนที่สำคัญ คือการเตรียมวัตถุดิบที่นำมาประกอบอาหาร ดังที่
 อุมพร สุทัศน์วรวิ^{๒๘} ได้กล่าวถึงการเตรียมวัตถุดิบในการนำมาปรุงอาหาร ว่า ต้องใหม่และสด ถูก
 หลักอนามัย เครื่องใช้เครื่องครัวอุปกรณ์ต้องสะอาด การให้อาหารเสริมยังเป็นการพัฒนาการเกี่ยว
 การกลืน และสร้างเสริมนิสัยการกินที่ดีในระยะต่อไป เริ่มอาหารเสริมเมื่อเด็กมีความพร้อมของระบบ
 ร่างกาย เช่น ระบบทางเดินอาหาร ไต ประสาท และกล้ามเนื้อได้พัฒนาจนสามารถทำหน้าที่พร้อม ใน
 การเคี้ยวกลืน จากการสัมภาษณ์ คุณวาสนา อ่ำแก้ว^{๒๙} โดยให้ข้อมูลในการที่ได้จัดเตรียมอาหารมื้อ
 กลางวันให้กับเด็ก ว่า ได้จัดเตรียมของที่จะนำมาประกอบอาหารนั้น ต้องใหม่และสด อุปกรณ์ที่
 นำมาใช้ต้องสะอาดเพื่อหลีกเลี่ยงโรคที่จะเกิดตามมาถ้าทำอาหารโดยมีวัตถุดิบที่ไม่สะอาดไม่ได้มารดา
 ฐานจะทำให้อาหารที่ให้แก่เด็กไม่มีคุณค่าทางโภชนาการและไม่ปลอดภัยสำหรับเด็ก ดังนั้นจึงได้จัด
 วัตถุดิบที่นำมาประกอบใหม่และสดทุกวัน อุปกรณ์ที่ใช้ต้องสะอาดและทำการใช้ความร้อนโดยนึ่งภาชนะ
 ทุกชิ้น รวมทั้งคิดคำนวณให้มีสารอาหารครบ ๕ หมู่ มี กลุ่มข้าว แป้ง กลุ่มผัก กลุ่มเนื้อสัตว์ กลุ่มผลไม้
 มีเมนูหลากหลายไม่ซ้ำกันในรอบสัปดาห์และจัดให้มีปริมาณให้เหมาะสมกับจำนวนเด็ก จัดอาหารว่าง
 ที่มีคุณค่าทางโภชนาการและไม่หวานจัด เช่น นมรสจืด ขนมไทย ผลไม้ตามฤดูกาล ให้เด็กได้รับ

^{๒๗} สัมภาษณ์ คุณธันว์รัตน์ สร้อยนาค, ครูพี่เลี้ยง หน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก คณะ
 พยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙.

^{๒๘} อุมพร สุทัศน์วรวิ, **การให้อาหารเสริม**, ใน วันดี วราวิทย์, ประพุทธ ศิริบุญ และสุรางค์ เจียม
 จรรยา (บรรณาธิการ), ตำรากุมารเวชศาสตร์ ๓, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท โฮลิสติก พับลิชชิง จำกัด, ๒๕๕๑),
 หน้า ๑๙๙.

^{๒๙} สัมภาษณ์ คุณวาสนา อ่ำแก้ว, นักโภชนาการ, หน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก คณะ
 พยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙.

อาหารที่หลากหลายเป็นประจำทุกวัน และกระตุ้นให้เด็กได้รับอาหารเพียงพอต่อความต้องการเหมาะสมตามวัย สะอาด และถูกหลักอนามัย ตามวัย รายการอาหารมีดังนี้

อายุ แรกเกิด ถึง ๖ เดือน	ดื่มนมแม่อย่างเดียว หรือ รายที่แม่ไม่สามารถให้นมลูกได้จึงเป็นนมผสมแทน
อายุ ๖ – ๘ เดือน	นมแม่ + ข้าวบดละเอียด + น้ำซุป + ไข่แดงต้มสุก + ผักทอง กล้วยน้ำหว่า + มะละกอ
อายุ ๘ – ๑๐ เดือน	นมแม่ + ข้าวสุกหุงนิ่ม + เนื้อสัตว์ + ตับ + ผัก
อายุ ๑๐ – ๑๒ เดือน	นมแม่ + ข้าวสุก + เนื้อสัตว์ + ตับ + ผัก + ผลไม้ตามฤดูกาล
อายุ ๑๒ เดือน – ๓ ปี	ข้าวสุกหุง + เนื้อสัตว์ + ตับ + ผัก + ก๋วยเตี๋ยว + บะหมี่ + เกี๊ยว ข้าวผัด + มักโรนี + หมูและไก่ทอดพร้อมข้าวเหนียว + ผลไม้ตามฤดูกาล

สอดคล้องกับสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพที่สำรวจพฤติกรรมการให้อาหารทารกในประเทศไทย พบว่า ยังมีปัญหาในการให้อาหารตามวัย เช่น เริ่มให้เร็วเกินไป ส่วนประกอบไม่เหมาะสม สารอาหารไม่เพียงพอ ซึ่งทำให้พบปัญหาน้ำหนักและความยาวต่ำกว่าเกณฑ์เพิ่มขึ้นเมื่อทารกอายุมากกว่า ๖ เดือน รวมทั้งพบปัญหาอ้วน การขาดธาตุเหล็ก การขาดวิตามิน จากการรายงานสุขภาพคนไทย พ.ศ. ๒๕๕๑สะท้อนถึงพัฒนาการของเด็กไทยช่วงปฐมวัยว่า^{๓๐} การให้อาหารเสริมเด็ก ๖ เดือนแรกของชีวิตควรให้นมแม่อย่างเดียว ซึ่งการให้บุตรได้กินนมแม่จนถึงอายุ ๖ เดือนนั้น สามารถลดการตายด้วยโรคภัยไข้เจ็บต่างๆของเด็กทารกถึง ๕ ปีได้ ข้อมูลการสำรวจสถานการณ์เด็กในประเทศไทย พ.ศ. ๒๕๔๘-๒๕๔๙ ทำให้เห็นว่าเด็กวัยแรกเกิด – ๓ เดือนได้รับนมแม่ ร้อยละ ๗.๖ และเด็กวัยแรกเกิด – ๕ เดือนได้รับนมแม่ ร้อยละ ๕.๔ แต่เด็กไทยเกือบครึ่งกลับได้รับอาหารอื่นเสริมตั้งแต่ ๔ เดือน และเด็กวัย ๓-๕ ปียังได้รับน้ำตาลมากกว่า ๖ ช้อนชาต่อวัน ถือว่าเป็นปริมาณที่มากเกินไปเกินความต้องการ จึงทำให้เสี่ยงในการเกิดโรคมามากมาย ยิ่งกว่านั้นเด็กเล็กแค่ ๑ ใน ๓ ที่มีโอกาสได้กินผักผลไม้ทุกวัน ทำให้ขาดวิตามินและเกลือแร่ที่ทำให้เด็กมีความเจริญเติบโตอย่างแข็งแรง จากการสำรวจภาวะโภชนาการ พ.ศ. ๒๕๓๘ และ พ.ศ. ๒๕๔๖ ชี้ให้เห็นว่ามีแนวโน้มน้ำหนักและส่วนสูงโดยเฉลี่ยเพิ่มขึ้นของเด็กเล็ก แต่ก็ยังน้อยกว่าเกณฑ์มาตรฐานที่กำหนดไว้ และที่สำคัญคือ เด็กมากกว่า ๑ ใน ๑๐ เตี้ยกว่าที่ควร และ สุนทรวดี เขียวพิเชฐ อธิบายว่า^{๓๑} การ

^{๓๐} ชื่นฤทัย ภัทรวาณิช และคณะ, **สุขภาพคนไทย**, (กรุงเทพมหานคร : อมรินทร์ พรินตติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด, ๒๕๕๑).

^{๓๑} สุนทรวดี เขียวพิเชฐ, **การอบรมเลี้ยงดูเด็ก**, (คณะพยาบาลศาสตร์ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ บางแสน, ๒๕๓๒), หน้า ๒๙.

ส่งเสริมให้อาหารเด็กเริ่มที่ ๖ เดือนเป็นเวลาที่เด็กมีความพร้อมที่จะรับประทานอาหารอื่นนอกจากนมได้แล้ว เด็กสามารถควบคุมการทรงตัวนั่งได้มั่นคงขึ้น ฟันเริ่มขึ้น ทางหน่วยสาธิตฯ จึงได้ดูแลส่งเสริมในการให้อาหารเด็กให้เหมาะสมตามวัย และการกล่าวที่ว่า ๖ ปีแรกเป็นปีทองของชีวิต เพราะการเจริญเติบโตของสมองเมื่ออายุ ๖ ขวบจะเจริญเติบโตเป็นร้อยละ ๙๐ ของผู้ใหญ่สมองจะเจริญเต็มที่เมื่ออายุ ๑๗ ปี โดยร้อยละ ๕๐ จะเจริญเติบโตเมื่ออายุ ๔ ปี ร้อยละ ๓๐ จะเจริญเติบโตเมื่ออายุ ๕-๘ ปี ร้อยละ ๒๐ จะเจริญเติบโตเมื่ออายุ ๙-๑๗ ปี การเจริญเติบโตของสมองย่อมต้องการอาหารและการกระตุ้นที่ถูกรวิธี ทั้งนี้ วิลาวรรณ พิเชียรเสถียร กล่าวว่า^{๓๒} ผู้ดูแลเด็กต้องให้อาหารเพียงพอ เหมาะสมกับความต้องการของร่างกายในการเจริญเติบโต ในขวบปีแรกจะมีการเจริญเติบโตเร็วกว่าวัยอื่น อาหารที่ให้คือนมและอาหารเสริม ขณะที่เด็กอายุเกิน ๑ ขวบ การเจริญเติบโตจะช้าลง ความอยากอาหารจะลดลง เด็กรู้จักที่จะเลือกชนิดของอาหารที่จะรับประทาน ดังนั้นจึงควรสร้างนิสัยที่ดีในการบริโภคเพื่อให้เด็กได้รับอาหารครบทุกหมู่ และรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ การปรุงอาหารต้องคำนึงถึงความสะดวก ถ้ามีนักโภชนาการที่มีความรู้ในการจัดเตรียมอาหารที่เหมาะสมให้กับเด็กทั้งชนิดอาหารและปริมาณในสถานเลี้ยงดูเด็กก็จะเป็นการส่งเสริมการเจริญเติบโตที่ดีให้กับเด็ก นิตยา ไทยาภิรมย์และพิมพาภรณ์ กลั่นกลั่น ได้พูดถึงความสำคัญในการดูแลเรื่องอาหารเด็กว่า^{๓๓} อาหารมีความสำคัญอย่างยิ่งในการเจริญเติบโตและมีพัฒนาการที่ดีของเด็กเนื่องจากสมองเป็นศูนย์กลางของระบบประสาทที่เกี่ยวข้องกับการเรียนรู้ รับรู้และเป็นศูนย์กลางในการทำงานระบบต่างๆของร่างกายจึงต้องมีหลักในการดูแล คือ ให้เด็กได้รับอาหารให้ครบถ้วนทั้งปริมาณและชนิดที่เหมาะสมกับความต้องการของเด็กแต่ละวัย สำหรับวัยทารกที่ไม่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้จึงเป็นหน้าที่ของบิดามารดาและผู้ดูแลเด็กให้ความช่วยเหลือส่วนเด็กโตที่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้บ้างก็คอยดูแลให้เด็กได้รับอาหารให้ครบ ๕ หมู่ ฝึกให้เด็กรับประทานอาหารที่มีประโยชน์งดขนมหวาน ขนมอบกรอบ และน้ำอัดลม ฝึกมารยาทในการรับประทานอาหารโดยทั่วไปเด็กจะเลียนแบบผู้ใหญ่ ดังนั้นผู้ใหญ่จึงต้องเป็นแบบอย่างที่ดีให้เด็กเห็นโดยรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย บริโภคผัก ผลไม้เป็นนิสัย และไม่รับประทานแบบจุกจิก มุมมาม การสร้างนิสัยในการรับประทานอาหารช่วยให้เด็กการรับประทานอาหารได้มาก ทำให้ได้รับสารอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกายอย่างเพียงพอ เด็กวัยนี้เริ่มที่จะเลือกชนิดอาหารมีความชอบ ไม่ชอบ และไม่ชอบการบังคับ ถ้าถูกบังคับจะปฏิเสธและมีปัญหาในการรับประทานอาหารระยะเวลาการปฏิเสธจะยาวหรือสั้นแต่ละคนไม่เท่ากัน

^{๓๒} วิลาวรรณ พิเชียรเสถียร และคณะ, รูปแบบการส่งเสริมสุขภาพเด็กในศูนย์เด็กเล็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ (เชียงใหม่), (คณะพยาบาลศาสตร์ : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๔๕), หน้า ๒๐.

^{๓๓} นิตยา ไทยาภิรมย์และพิมพาภรณ์ กลั่นกลั่น, การสร้างเสริมสุขภาพเด็ก เล่ม ๑, อ้างแล้ว, หน้า ๕๖.

จุฬามาศ โชติบาง ได้กล่าวไว้ว่า^{๓๔} ภาวะโภชนาการเป็นปัจจัยสำคัญที่มีผลต่อการเจริญเติบโตของเซลล์และระบบประสาท การเพิ่มน้ำหนักและส่วนสูงของเด็กจะช่วยให้เด็กมีสุขภาพดี มีผลต่อระดับสติปัญญา ถ้าเด็กได้รับสารอาหารไม่เพียงพอจะส่งผลต่อภาวะโภชนาการและการพัฒนาการด้านต่างๆของเด็กถ้าได้รับโภชนาการที่เหมาะสมตามวัยจะทำให้เด็กมีพัฒนาการในด้านต่างๆเป็นไปอย่างราบรื่น สมวัย ภาวะโภชนาการเป็นตัวบ่งบอกถึงความสำเร็จหรือบกพร่องในด้านต่างๆของเด็กได้ ถ้าเด็กได้รับสารอาหารไม่ครบถ้วนหรือมีภาวะโภชนาการบกพร่องเด็กจะมีสุขภาพอ่อนแอภูมิคุ้มกันต่ำ ติดเชื้อโรคได้ง่าย ร่างกายเจริญเติบโตช้าและสภาพร่างกายผิดปกติ

จากการที่ได้เป็นผู้ดูแลเรื่องอาหารให้กับบุตรในหน่วยสาธิตฯ ในการทำงานนี้ คุณวาสนา อ่ำแก้ว^{๓๕} ได้จัดอาหารให้ครบถ้วนเหมาะสมกับวัยของเด็กและได้รับสารอาหารพอเพียงกับความต้องการของร่างกาย มีการข่มใจ ควบคุมอารมณ์กรณีที่ต้อคอยกระตุ้นให้เด็กรับประทานอาหาร มีความอดทนในการปรุงอาหารเพราะห้องครัวร้อนมากและต้องยืนทำ เพื่อจะให้เสร็จตามกำหนดเวลา การรับประทานอาหารของเด็ก มีความเสียสละเวลาส่วนตัว เพื่อจะทำอาหารเสร็จตามระยะเวลา

๔. ดูแลให้เด็กได้นอนหลับพักผ่อนอย่างเต็มที่ เพียงพอเหมาะสมกับเด็ก โดยได้จัดให้เด็กได้พักผ่อนนอนหลับตามอายุในเวลากลางวัน คือ เด็กอายุต่ำกว่า ๑ ปี ให้นอนหลับพักผ่อนวันละ ๒-๓ ครั้ง และเด็กที่มีอายุ ๑-๓ ปี ให้เด็กได้นอนวันละ ๑-๒ ครั้งๆละ ๑-๒ ชั่วโมง โดยได้จัดสิ่งแวดล้อมให้เหมาะสม เช่น เปิดเพลงกล่อมเด็กหรือเพลงคลาสสิกเบาๆ ห่มผ้าให้ความอบอุ่น เวลาอากาศเย็น การจัดให้เด็กได้นอนหลับพักผ่อนในเวลากลางวันเป็นผลดีกับเด็ก ดังที่ วิลาวลีย์ พิเชียรเสถียร ได้กล่าวไว้ว่า^{๓๖} การนอนหลับทำให้รักษาสมดุลของกระบวนการในร่างกาย และมีการหลั่งฮอร์โมนที่เกี่ยวกับการเจริญเติบโตมากขึ้นจึงทำให้เด็กมีการเจริญเติบโตที่ดี ควรจัดให้เด็กได้รับความสบายขณะนอนหลับ เช่น ห้องต้องเงียบสงบ ปราศจากแมลงมารบกวน อากาศก็เย็นสบาย การนอนหลับนั้นเป็นประโยชน์ ถ้าเด็กมีปัญหาในเรื่องการนอนหลับอาจจะทำให้เด็กเกิดปัญหาสุขภาพได้ เด็กแต่ละช่วงอายุต้องการเวลานอนหลับไม่เท่ากัน และยิ่งถ้าเป็นเด็กทารกซึ่งเขาเพิ่งได้ออกมาจากครรภ์ของมารดาไม่นานนักจึงทำให้เกิดการสับสน เลยต้องให้เวลาเด็กได้ปรับตัว ทำให้ช่วงแรกเด็กจึงตื่นบ่อยขณะตื่นก็จะร้องกินนม จึงทำให้เด็กนอน กิน ไม่เป็นเวลาตามปกติทั่วไป พิจารณาการณ์ กลับกลืน ได้อธิบายถึงการนอนของเด็ก

^{๓๔} จุฬามาศ โชติบาง, การสร้างเสริมสุขภาพเด็กวัยหัดเดิน, (กรุงเทพมหานคร : สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.), ๒๕๕๔), หน้า ๑๘.

^{๓๕} สัมภาษณ์ คุณวาสนา อ่ำแก้ว, นักโภชนาการ, หน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเด็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๔.

^{๓๖} วิลาวลีย์ พิเชียรเสถียร และคณะ, รูปแบบการส่งเสริมสุขภาพเด็กในศูนย์เด็กเล็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ (เชียงใหม่), (คณะพยาบาลศาสตร์ : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๔๕), หน้า ๒๑.

ว่า^{๓๗} เด็กทารกยังไม่ค่อยเข้าใจช่วงเวลากลางวันหรือกลางคืนจึงทำให้เด็กตื่นบ่อยตื่นทุก ๒-๓ ชั่วโมง การดูนมและระยะเวลาห่างของเวลาตื่นจะห่างไปเรื่อยๆ พออายุประมาณ ๒ เดือนจะนอนหลับเวลากลางคืนยาวขึ้นการนอนของเด็กวันนี้เป็นประโยชน์ซึ่งเป็นการสงวนพลังงานของร่างกายและร่างกายจะสร้างฮอร์โมนออกมาช่วยในการเจริญเติบโต การนอนหลับจะมีอยู่สองระยะ คือระยะนอนหลับธรรมดาและระยะนอนหลับลึกหรือหลับฝันช่วงหลับธรรมดาร่างกายจะซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอ และทำให้การทำงานของระบบร่างกายดีขึ้น ช่วงหลับลึกหรือหลับฝันเป็นช่วงที่สำคัญต่อการเจริญเติบโตของสมองของทารกแรกเกิดถึง ๕ ปี เพราะร่างกายจะสร้างฮอร์โมนในการกระตุ้นส่วนต่างๆ ของสมองเพื่อช่วยในการเรียนรู้ ซึ่งเป็นรากฐานของการพัฒนาสมอง ถ้าทารกนอนไม่เพียงพอหรือตื่นบ่อยจะส่งผลต่อการหลั่งฮอร์โมน ผู้ดูแลจึงต้องมีการสังเกตพฤติกรรมการง่วงนอนของเด็ก เช่น การหาว การร้องกวน ไม่ยอมเล่นไม่สนใจสิ่งต่างๆ รอบตัวส่วนมากวัยนี้จะหลับหลังจากอึม ควรฝึกให้เด็กนอนเป็นเวลา ทำกิจกรรมก่อนนอนอย่างสม่ำเสมอ เช่น อาบน้ำ นวดตัว สร้างบรรยากาศ การช่วยให้เด็กหลับได้ง่ายโดย การอุ้ม การโยก ร้องเพลงกล่อมการสัมผัสเบาๆ การห่อตัว ดูแลอุณหภูมิสิ่งแวดล้อมในห้องให้เอื้อต่อการนอนหลับสบายของเด็กและที่สำคัญคือต้องจัดท่านอนเพราะมีการศึกษาพบว่าเด็กที่นอนหลับแล้วเสียชีวิตโดยไม่ทราบสาเหตุที่ชัดเจน (sudden infant death syndrome; SIDS) มักจะพบในท่านอนคว่ำ นอนที่นอนนิ่มเกินไป ทำให้หายใจไม่สะดวก ทำให้เด็กขาดออกซิเจน วัยทารกต้องการเวลานอนประมาณ ๑๓-๑๕ ชั่วโมงต่อวัน เมื่อเด็กมีอายุ ๑-๒ ปีจะนอนช่วงกลางคืนประมาณ ๑๐-๑๒ ชั่วโมง นอนตอนกลางวันๆ ละ ๑ ครั้ง ประมาณ ๒-๓ ชั่วโมง พอเด็กอายุ ๒-๓ ปีจะนอนช่วงกลางคืนประมาณ ๑๐ และนอนตอนกลางวันอีก ๑ ครั้ง ประมาณ ๒-๓ ชั่วโมง การนอนหลับของเด็กเพื่อให้ร่างกายได้พัก กล้ามเนื้อได้ผ่อนคลายทำให้ร่างกายสดชื่น ลดการทำงานของอวัยวะบางส่วนของสมองจะมีการถ่ายทอดข้อมูล และหลั่งฮอร์โมนเพิ่มการเจริญเติบโตที่เรียกว่า growth hormone ถ้าเด็กนอนหลับพักผ่อนไม่เพียงพอจะเจริญเติบโตช้าและมีปัญหาด้านการเรียนรู้และด้านอารมณ์ จากการได้สัมภาษณ์ คุณวุฒิชัย บุญทวีศักดิ์^{๓๘} ให้ความรัก ปราบปรามให้บุตรมีความสุข โดยการฝึกให้เด็กนอนเป็นเวลา ให้เด็กได้นอนหลับพักผ่อนอย่างเพียงพอ ซึ่งสอดคล้องกับ นิตยา ไทยาภิรมย์ และอุษณีย์ จินตะเวช ได้พูดถึงการนอนหลับของเด็ก ว่า^{๓๙} การนอนหลับของเด็กต้องได้รับการฝึก เพราะเด็กแต่

^{๓๗} พิมพารณ กัลั่นกลั่น, **การสร้างเสริมสุขภาพเด็กทุกช่วงวัย**, (แผนงานพัฒนาเครือข่ายพยาบาลศาสตร์เพื่อการสร้างเสริมสุขภาพ ระยะที่ ๒ และ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ, ๒๕๕๕), หน้า ๕๗.

^{๓๘} สัมภาษณ์ คุณวุฒิชัย บุญทวีศักดิ์, ผู้ปกครองบุตร หน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๑๐ พฤศจิกายน ๒๕๕๘.

^{๓๙} นิตยา ไทยาภิรมย์ และ อุษณีย์ จินตะเวช, **การดูแลเด็ก**, อ่างแล้ว, หน้า ๘๕-๘๖.

ละคนจะมีปัญหาหรือนิสัยในการนอนไม่เหมือนกัน เด็กต้องการนอนหลับมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับปัจจัย ดังนี้

- อายุ เด็กที่มีอายุน้อยมีความต้องการในการหลับนอนมากกว่าเด็กที่มีอายุมากกว่าหรือเด็กโต

- สุขภาพ เด็กที่มีอายุช่วงเดียวกันแต่ถ้ามีสุขภาพที่ต่างกันเวลาการหลับนอนก็ต่างกัน คือถ้าเด็กมีสุขภาพที่แข็งแรงจะใช้เวลานอนหลับน้อยกว่าเด็กที่มีการเจ็บป่วย

- ลักษณะของสิ่งแวดล้อม มีผลต่อการหลับนอนของเด็ก สถานที่เงียบ สงบ อากาศเหมาะสม เด็กก็จะนอนหลับอย่างมีความสุข ได้พักผ่อนอย่างเต็มที่

- การหลับช้าหรือเร็วของเด็ก มีผลต่อเวลาในการหลับนอนบางทีเด็กที่เข้านอนเร็วแต่ใช้เวลานานกว่าจะหลับ จึงมีความต้องการเวลาในการนอนหลับมากกว่าเด็กที่หลับได้เร็ว

และจากการได้สัมภาษณ์ คุณเสาวณีย์ ขาดิรักษา^{๔๐} ในการจัดการดูแลให้เด็กได้นอนหลับว่า ได้มีการจัดให้เด็กได้รับการนอนหลับพักผ่อนเป็นเวลาและเหมาะสม เพียงพอต่อความต้องการของเด็กแต่ละวัย โดยก่อนนอนให้เด็กได้ผ่อนคลายทั้งร่างกายและจิตใจ ก่อนนอน ๑ ชั่วโมงให้เด็กหยุดเล่นทุกอย่าง อาบน้ำแต่งตัวสวมเสื้อผ้าที่สะอาด สบาย เหมาะสมกับฤดูกาล ดูแลสภาพอากาศของห้องให้มีอุณหภูมิให้เหมาะสม เปิดเพลงคลาสสิกเบาๆ (Mozart) ทำให้เด็กได้นอนหลับอย่างสบาย มีความสุข พอเพียงต่อความต้องการของเด็ก

การพักผ่อนนอนหลับของเด็ก ใน นพวรรณ องค์ไชย ได้กล่าวว่า^{๔๑} เด็กในวัยนี้ไม่สามารถเห็นชัดว่าเด็กเกิดความเครียด แต่เด็กมีโอกาสเกิดความเครียดได้ง่าย เช่น การฝึกเด็กที่เข้มนวดเกินไป ขณะที่เด็กยังไม่พร้อมรับการฝึกหัดนั้นๆ การที่เด็กถูกพรากจากสิ่งต่างๆที่รัก ดังนั้นผู้ดูแลเด็ก รวมถึงมารดาบิดาจึงควรให้การดูแลอย่างใกล้ชิดเหมาะสมกับวัยและพัฒนาการของเด็ก ดูแลถึงความต้องการ ความพร้อมในเรื่องต่างๆของเด็กซึ่งเด็กแต่ละคนความสามารถ ความต้องการไม่เหมือนกัน การดูแลและฝึกเด็กควรเป็นการผสมผสานระหว่างความเข้มนวดและผ่อนคลายบ้างเพื่อเด็กสามารถปรับตัวเรียนรู้โดยไม่เป็นการบังคับ ให้โอกาสเด็กได้แสดงอารมณ์ตามความเหมาะสมและจัดกิจกรรมสนทนการให้เด็กได้ผ่อนคลายบ้าง

การนอนที่เพียงพอกับความต้องการของร่างกายของเด็กแต่ละวัย นอกจากจะทำให้ช่วยส่งเสริมการเจริญเติบโต ยังเป็นการพักผ่อนที่ดีที่สุดในเด็กวัยทารกควรนอนวันละ ๑๗-๒๐ ชั่วโมงต่อ

^{๔๐} สัมภาษณ์ คุณเสาวณีย์ ขาดิรักษา, พี่เลี้ยงบุตร หน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๔ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๔.

^{๔๑} นพวรรณ องค์ไชย, บทบาทบิดามารดาในการสร้างเสริมสุขภาพกับการสุขภาพของเด็กทารก, อ้างแล้ว, หน้า ๒๑.

วัน ได้แบ่งการนอนช่วงกลางวันเป็น ๒ เวลา คือตอนเช้า ประมาณ ๑๐.๐๐ น. และตอนบ่ายเวลาประมาณ ๑๓.๐๐ น. การจัดบรรยากาศและกิจกรรมก่อนนอนเป็นสิ่งสำคัญสำหรับเด็ก การอยู่ใกล้ชิดกับเด็กทำให้เกิดความอบอุ่นทำให้เด็กนอนหลับได้นาน และสิ่งสำคัญอีกอย่างที่จะช่วยส่งเสริมการนอนหลับพักผ่อนของเด็กคือ การจัดบรรยากาศและเวลานอนที่เหมาะสม ลดสิ่งรบกวนต่างๆ ที่จะทำให้เด็กนอนง่ายขึ้น

๑.๕ ดูแลให้เด็กได้เล่นและออกกำลังกาย อย่างเพียงพอ โดยคุณจิตราภรณ์ ใจปวน ให้สัมภาษณ์ว่า^{๔๒} ในเด็กวัยทารกได้เล่นตามความต้องการและเหมาะสมกับพัฒนาการสำหรับเด็กที่คลานได้แล้วก็ให้โอกาสในนำลงจากเตียงมาคลานที่เบาะบนพื้นห้อง ส่วนเด็กที่โตสามารถเดินได้จากการให้สัมภาษณ์ของคุณเยี่ยมลักษณ์ เชื้อชุม ว่า^{๔๓} ได้จัดกิจกรรมการเคลื่อนไหวตามแผนการจัดประสบการณ์ในห้อง โดยได้มีการจัดกิจกรรมส่งเสริมให้เด็กได้เคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ของร่างกาย กล้ามเนื้อมัดใหญ่ เช่น การคลาน การวิ่งการเคลื่อนไหวร่างกายโดยใช้สัญญาณ โยคะสำหรับเด็ก การทำท่าทางประกอบเพลง และได้พาเด็กออกไปเล่นที่สนามนอกอาคาร วันละ ๓๐ นาที ถึง ๑ ชั่วโมง ในการเล่นปีนป่ายของเล่นที่สนาม การออกกำลังกายมีประโยชน์กับเด็ก ดังที่ พิมพาภรณ์ กลั่นกลิน ได้พูดถึงประโยชน์ของการออกกำลังกาย ว่า^{๔๔} การออกกำลังกายช่วยทำให้เด็กมีการเจริญเติบโตและมีพัฒนาการเร็วขึ้นทำให้ร่างกายหลังฮอร์โมนการเจริญเติบโตออกมามาก ทำให้รับประทานอาหารได้ดีและการนอนหลับทำให้เด็กหลับลึก กล้ามเนื้อส่วนต่างๆ มีการผ่อนคลายส่งผลดีกับสุขภาพร่างกายเด็กทำให้เด็กมีสุขภาพร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง การส่งเสริมการออกกำลังกายจะทำให้เด็กมีพัฒนาการทาง ด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจและสังคมสมวัย การส่งเสริมให้เด็กได้ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอจะทำให้เด็กมีพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสมจนถึงวัยผู้ใหญ่

นักการศึกษาไทยในมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราชด้านการศึกษาลูกเล็ก ได้กล่าวว่า^{๔๕} เด็กจะเจริญเติบโตสมบูรณ์ทั้งกาย ใจ สติปัญญา ถ้าได้รับการส่งเสริม ดังต่อไปนี้

ทางกาย ให้ได้รับการเลี้ยงดูอย่างถูกวิธี ให้เด็กเล่นทั้งในร่มและกลางแจ้ง เพื่อส่งเสริมกล้ามเนื้อมัดใหญ่ กล้ามเนื้อมัดเล็กในการเคลื่อนไหวต่างๆ

^{๔๒} สัมภาษณ์ คุณจิตราภรณ์ ใจปวน, พี่เลี้ยงบุตร หน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙.

^{๔๓} สัมภาษณ์ คุณเยี่ยมลักษณ์ เชื้อชุม, พี่เลี้ยงบุตร หน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๔ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙.

^{๔๔} พิมพาภรณ์ กลั่นกลิน, **การสร้างเสริมสุขภาพเด็กทุกช่วงวัย**, (กรุงเทพมหานคร : สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ, ๒๕๕๕), หน้า ๔๑, ๕๘.

^{๔๕} มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, **พัฒนาการเด็กและการเลี้ยงดู**, พิมพ์ครั้งที่ ๒๖, (กรุงเทพมหานคร : สาขาวิชาคหกรรมศาสตร์, ๒๕๕๐), หน้า ๒๙.

ทางอารมณ์ ให้เด็กได้มีความอบอุ่น แจ่มใส ร่าเริง รู้จักควบคุมอารมณ์ของตนเองได้

ทางปัญญา ให้เด็กรู้จักสิ่งต่างๆรอบตัว จดจำได้ สังเกต เปรียบเทียบ รู้เหตุผลพอควร คิดเป็น มีความคิดสร้างสรรค์ และเรียนรู้สิ่งที่ควรรู้ตามวัยของตน

การส่งเสริมพัฒนาการ

เด็กหรือบุตรในความดูแลของผู้ใหญ่ โดยเฉพาะ บิดามารดา และผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องในการดูแลเด็ก จึงต้องจัดกิจกรรมต่างๆ มาส่งเสริมพัฒนาการให้บุตร เพื่อให้มีพัฒนาการที่ดี เพราะเด็กคือ ผู้ใหญ่ในวันหน้าเป็นจะเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพ และเป็นกำลังสำคัญให้ประเทศชาติมีการพัฒนาไปในทางที่ดี

มธุรส สว่างบำรุง ได้กล่าวถึงพัฒนาการของสิ่งมีชีวิตต่างมีรูปแบบที่แตกต่างกันว่า^{๔๖} พัฒนาการของมนุษย์มีรูปแบบของการเจริญเติบโตและเสื่อมถอยเกิดขึ้น นักจิตวิทยาด้านพัฒนาการได้ตระหนักถึงความสำคัญของพัฒนาการมนุษย์ตั้งแต่เริ่มต้นจนถึงพัฒนาการช่วงสุดท้ายของวัย จากการศึกษาค้นคว้าทำให้บุคคลเกิดการเรียนรู้เกี่ยวกับพัฒนาการ เช่น พัฒนาการบางช่วงจะมีลักษณะเร็วและช้าแตกต่างกัน

โรเบิร์ต ฮาวิกเฮิสท์ ใน ศรีเรือน แก้วกังวาน^{๔๗} ได้พูดถึงลักษณะพัฒนาการตามขั้นตอนตามลำดับจากขั้นหนึ่งถึงขั้นหนึ่ง คือพัฒนาการของบุคคลทุกๆ ด้าน เป็นกระบวนการที่ต่อเนื่องและมีผลกระทบซึ่งกันและกัน การพัฒนาขั้นแรกเต็มที่และสมบูรณ์ ส่งผลทำให้ขั้นต่อไป พัฒนาได้เต็มขั้นและสมบูรณ์แบบอื่นๆ ขึ้นไป

ความหมายของพัฒนาการ (Development)

สุชา จันทน์เอม ได้หมายถึง^{๔๘} การเปลี่ยนแปลงทั้งในด้านโครงสร้างและแบบแผนอินทรีย์ทุกส่วน การเปลี่ยนแปลงนี้จะก้าวหน้าไปเรื่อยๆ เป็นขั้นๆ จากระยะหนึ่งไปอีกระยะหนึ่งทำให้เด็กมีลักษณะและความสามารถใหม่เกิดขึ้น มีผลทำให้เจริญก้าวหน้ายิ่งขึ้นตามลำดับทั้งทางด้านร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ และสังคม เพื่อนำไปสู่ภาวะทำให้เกิดลักษณะและความสามารถใหม่ๆ เกิดขึ้นมีผลทำให้มีความเจริญก้าวหน้าขึ้นตามลำดับ

^{๔๖} มธุรส สว่างบำรุง, จิตวิทยาพัฒนาการ, (ภาควิชาศึกษาทั่วไป คณะธุรกิจการเกษตร มหาวิทยาลัยแม่โจ้, ๒๕๔๓), หน้า ๑-๒.

^{๔๗} ศรีเรือน แก้วกังวาน, จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย, พิมพ์ครั้งที่ ๗, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๔๐), หน้า ๔๔.

^{๔๘} สุชา จันทน์เอม, จิตวิทยาพัฒนาการ, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท ไทยวัฒนาพานิช จำกัด, ๒๕๔๐), หน้า ๑, ๔๐.

Good Gardner and Hurlock กล่าวถึง^{๔๙} พัฒนาการเด็กในความหมายว่า เป็นการเปลี่ยนแปลงทางโครงสร้าง การทำงาน การจัดระเบียบส่วนต่างๆของร่างกาย ทำให้มีการเพิ่มพูนทั้งด้านขนาด ความแตกต่าง ความสลับซับซ้อน การผสมกลมกลืน ขีดความสามารถประสิทธิภาพ และการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ที่มีลำดับขั้นต่อเนื่องกันไปตลอดทั้งทางร่างกาย จิตใจผสมผสานกัน

นิตยา คชภักดี กล่าวว่า^{๕๐} พัฒนาการเด็กเป็นการเปลี่ยนแปลงด้านการทำหน้าที่ (Function) และ วุฒิภาวะ (Maturation) ของอวัยวะต่างๆ ในบุคคลทำให้สามารถทำหน้าที่ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ทำสิ่งที่ยากได้สลับซับซ้อนมากขึ้น ตลอดจนการเพิ่มทักษะใหม่ รวมทั้งความสามารถในการปรับตัวต่อสภาพแวดล้อม หรือภาวะใหม่ในบริบทของครอบครัว และสังคม

Zanden ได้ให้ความหมายพัฒนาการ ว่า^{๕๑} พัฒนาการเป็นการจัดระเบียบและลำดับขั้นตอนการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับกาลเวลาโดยอินทรีย์ (organism) มีการเริ่มต้นตั้งแต่ปฏิสนธิจนกระทั่งถึงวัยชราพัฒนาการจะรวมถึงรูปแบบกระบวนการทางชีววิทยาต่างๆ ภายในอินทรีย์ที่จะเกิดการเปลี่ยนแปลงหรือมีปฏิสัมพันธ์เชื่อมต่อโดยตลอดกับสิ่งแวดล้อม

มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ได้ให้ความหมายพัฒนาการ ว่า^{๕๒} เป็นการเปลี่ยนแปลงที่มีทิศทางและดำเนินไปตลอดเวลา เป็นกระบวนการเปลี่ยนแปลงในรูปร่าง ทั้งขนาดของร่างกายและเป็นรูปแบบหรือมีลักษณะที่แน่นอน จากวัยหนึ่งไปสู่อีกวัยหนึ่ง พัฒนาการเป็นผลการกระทำร่วมกันระหว่างกรรมพันธุ์และสิ่งแวดล้อม พัฒนาการแบ่งออกเป็น ๔ ด้าน คือ

๑. ด้านร่างกาย ประกอบด้วย พัฒนาการทางด้านสรีระ ด้านการเคลื่อนไหว ด้านการรับรู้ และพัฒนาการทางด้านเพศ
๒. ด้านอารมณ์ ประกอบด้วย พัฒนาการทางด้านจิตใจ การปรับตัว
๓. ด้านสังคม ประกอบด้วย พัฒนาการด้านจริยธรรม และด้านบุคลิกภาพ
๔. ด้านสติปัญญา ประกอบด้วย พัฒนาการด้านการพูดหรือภาษา ด้านการรู้คิด ด้านความคิดริเริ่มสร้างสรรค์

^{๔๙} นิตยา ไทยาภิรมย์และพิมพ์ภาภรณ์ กลั่นกลิ่น, **การสร้างเสริมสุขภาพเด็ก** เล่ม ๑, (เชียงใหม่ : คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๕๔), หน้า ๒๕.

^{๕๐} วันดี วราวิทย์, ประพุทธ ศิริบุญ และ สุรางค์ เจียมจรรยา, **ตำรากุมารเวชศาสตร์**, (ฉบับเรียบเรียงใหม่ เล่ม ๒), (กรุงเทพมหานคร : โฮลิสติก แพทย์ซิง, ๒๕๔๐).

^{๕๑} Zanden, James W. Vander, **Human Development**, 6th ed.n.p. (Mc Graw – Hill, 1997), P.4.

^{๕๒} มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, **พัฒนาการเด็กและการเลี้ยงดู**, อ่างแล้ว, หน้า ๑๒๘ – ๑๒๙.

จะเห็นได้ว่าความหมายของพัฒนาการมีความคล้ายคลึงกัน มีขั้นของการพัฒนาตั้งแต่วัยทารก และมีได้มีพัฒนาการเฉพาะ การคืบ การคลาน การนั่ง การยืน การเดิน เท่านั้น ยังต้องคำนึงถึงพัฒนาการด้านความคิด อารมณ์ บุคลิกภาพ และด้านสังคมด้วย รวมถึงการเพิ่มทักษะและการทำงานของอวัยวะต่างๆมีความสลับซับซ้อน มีการเปลี่ยนแปลงทั้งในด้านโครงสร้าง การทำงาน ทำให้มีความสามารถใหม่เกิดขึ้น ดังนั้น มารดาบิดา หรือผู้ที่เกี่ยวข้องในการดูแลบุตร ควรที่จะต้องรู้หลักการของพัฒนาการ ลักษณะของพัฒนาการ และสาเหตุต่างๆที่มีผลต่อการพัฒนาด้านต่างๆ ของบุตร จะได้เข้าใจและตอบสนองความต้องการที่เหมาะสมตามวัยให้บุตรได้ถูกต้อง ตามทฤษฎี

ซึ่งทางหน่วยสาธิตฯ ได้มีการส่งเสริมให้เด็กในความดูแลให้มีพัฒนาการที่ดี โดยคุณสมจิต เกียรติวัฒนเจริญ^{๕๓} ได้จัดให้มีการวางแผน คัดกรอง เพื่อที่จะได้รับทราบถึงพัฒนาการของเด็กแต่ละคน และถ้าพบเด็กที่มีพัฒนาการล่าช้าก็จะได้นำมาดำเนินการกระตุ้นส่งเสริมให้เด็กมีพัฒนาการที่สมวัยได้อย่างรวดเร็ว และยังได้มีการประสานงานกับหน่วยงานอื่นๆ เพื่อให้การดำเนินการในการดูแลเด็ก (บุตร) เป็นไปอย่างสะดวกเอื้อต่อการส่งเสริมพัฒนาการเด็ก (บุตร) และได้ศึกษาวิจัยเพื่อนำผลมาปรับปรุงให้เป็นประโยชน์ต่อเด็กและองค์กรให้มีการพัฒนาทันต่อเหตุการณ์ในยุคปัจจุบัน

และจากการได้สัมภาษณ์ คุณธันว์รัตน์ สร้อยนาค , คุณจิตราภรณ์ ใจปวน , คุณเสาวนีย์ ชาติรักษา , คุณเยี่ยมลักษณ์ เชื้อชุม และคุณพิมพ์พร ทรัพย์เหม^{๕๔} ได้มีการจัดกิจกรรมส่งเสริมพัฒนาการของเด็กที่รับผิดชอบ การจัดกิจกรรมให้กับเด็กจะไม่เหมือนกันเพราะด้วยวัยของเด็กที่แตกต่างกัน แต่การส่งเสริมจะเป็นไปในทิศทางเดียวกัน โดยใช้แบบประเมินและส่งเสริมพัฒนาการของโรงพยาบาลราชานุกุล กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข^{๕๕} (Developmental Screening Inventory) มีทั้งหมด ๕ ด้าน คือ การส่งเสริมทักษะด้านการเคลื่อนไหว ทักษะด้านกล้ามเนื้อมัดเล็ก / สติปัญญา ทักษะด้านการเข้าใจภาษา ทักษะด้านการใช้ภาษา และทักษะด้านการช่วยเหลือตนเอง / สังคม เพื่อจะทำให้เด็กมีพัฒนาการที่ดี ๔ ด้าน ตามที่ อัสพรสิริ เอี่ยมประชา ได้แบ่งพัฒนาการของมนุษย์ไว้^{๕๖} ดังนี้

^{๕๓} สัมภาษณ์ คุณสมจิต เกียรติวัฒนเจริญ, หัวหน้าหน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเด็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙.

^{๕๔} คุณธันว์รัตน์ สร้อยนาค คุณจิตราภรณ์ ใจปวน คุณเสาวนีย์ ชาติรักษา คุณเยี่ยมลักษณ์ เชื้อชุม คุณพิมพ์พร ทรัพย์เหม, พี่เลี้ยงบุตร หน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเด็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

^{๕๕} คณะกรรมการส่งเสริมพัฒนาการ โรงพยาบาลราชานุกุล กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข, คู่มือส่งเสริมพัฒนาการเด็ก : การทดสอบและฝึกทักษะ, (เชียงใหม่ : บี เอส การพิมพ์, ๒๕๔๒).

^{๕๖} อัสพรสิริ เอี่ยมประชา, เอกสารประกอบการเรียน จิตวิทยาทั่วไป, (คณะศึกษาศาสตร์ : มหาวิทยาลัยกรุงเทพ, ๒๕๕๗), หน้า ๒-๓.

- ๑) พัฒนาการด้านร่างกาย หมายถึง ความเจริญเติบโตและความเจริญงอกงามที่เกี่ยวกับโครงสร้างของร่างกายทั้งหมดที่มีการเพิ่มขนาด
- ๒) พัฒนาการด้านอารมณ์ หมายถึง ความเจริญเติบโตที่เกี่ยวกับความสามารถในการควบคุมอารมณ์
- ๓) พัฒนาการด้านสังคม หมายถึง ความเจริญเติบโตที่เกี่ยวกับความสามารถในการปรับตัวให้เข้ากับบุคคลอื่น
- ๔) พัฒนาการด้านสติปัญญา หมายถึง ความเจริญเติบโตที่เกี่ยวกับความคิดของบุคคล ทั้งในด้านการคิดอย่างมีเหตุผลของมนุษย์ในแต่ละวัย

จากการที่ทางหน่วยสาธิตฯ ได้มีการส่งเสริมพัฒนาการบุตรตามหลักวิชาการแล้ว ทางหน่วยสาธิตฯ ยังได้ได้นำหลักพุทธธรรมมาใช้ในการส่งเสริมพัฒนาการบุตรในความดูแล โดยจากการสัมภาษณ์ คุณสมจิต เกียรติวัฒนเจริญ^{๕๗} ได้บริหารจัดการ วางแผน ในการดูแลเด็ก (บุตร) ในหน่วยสาธิตฯ ให้มีพัฒนาการที่เหมาะสมตามวัย โดยมีความซื่อสัตย์ต่องานที่ทำ ดูแลเด็กทุกคนด้วยความจริงใจ สามารถควบคุมอารมณ์ มีความอดทน อดกลั้น ช่มใจ เมื่อเจอเหตุการณ์ที่ไม่พึงประสงค์ แลที่สำคัญต้องมีความเสียสละ เพราะต้องมาทำงานแต่เช้าต้องมาตรวจ คัดกรองเด็กก่อนให้ผู้ปกครองพาเข้าห้อง และตอนเย็นเลิกงานจะต้องกลับหลังจากเด็กกลับหมดแล้วจึงต้องมีความรับผิดชอบสูง และคุณนพวรรณ รัตนดำรงอักษร^{๕๘} ทำงานเพื่อที่จะทำให้ ในความดูแลมีทั้งพัฒนาการทั้งด้านร่างกาย และจิตใจไปในทางที่ดีเหมาะสมตามวัย โดยให้ ให้ความรัก ความปรารถนา ให้เด็กมีความสุข ทั้งทางกายและใจ โดยได้ตอบสนองต่อความต้องการของเด็ก มีความยินดี ชื่นชม เมื่อเด็กทำกิจกรรมได้ดี เป็นการปลูกฝังให้เด็กรู้จักชื่นชม ยินดี มีความสุข กับผู้ที่ประสบความสำเร็จ และรู้จักการวางแผน วางใจเป็นกลาง ไม่ลำเอียง ปฏิบัติกับเด็กทุกคนเท่าเทียมกัน

กิจกรรมในด้านต่างๆที่ทางหน่วยสาธิตฯ ได้จัดส่งเสริมให้บุตรในความดูแลเพื่อให้บุตรได้มีพัฒนาการทั้ง ๔ ด้าน ตามที่ คณะกรรมการส่งเสริมพัฒนาการ^{๕๙} คือ ด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา โดยการจัดกิจกรรมต่างๆจะไม่เหมือนกัน จะดูความเหมาะสมตามวัย ความสามารถของแต่ละบุคคลของเด็ก กิจกรรมนี้จะจัดให้ทุกวัน ได้ยกตัวอย่าง ดังนี้

^{๕๗} สัมภาษณ์ คุณสมจิต เกียรติวัฒนเจริญ, หัวหน้าหน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเด็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙.

^{๕๘} สัมภาษณ์ คุณนพวรรณ รัตนดำรงอักษร, พยาบาล สาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเด็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๒ มีนาคม ๒๕๕๙.

^{๕๙} คณะกรรมการส่งเสริมพัฒนาการ โรงพยาบาลราชานุกูล กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข, คู่มือส่งเสริมพัฒนาการเด็ก, อ่างแล้ว.

การจัดกิจกรรมส่งเสริมพัฒนาการเด็ก ช่วงอายุ แรกเกิด - ๓ ปี

การส่งเสริมทักษะด้านการเคลื่อนไหว

ส่งเสริมให้บุตรสามารถชันคอโดยจัดท่านอนคว่ำ ใช้ของเล่นที่มีเสียงเขย่าระยะห่าง ๓๐ ซม. เมื่อเด็กมองมาที่ของเล่นให้เคลื่อนของเล่นไปทางซ้ายเพื่อให้เด็กหันศีรษะตามแล้วจึงค่อยเคลื่อนของเล่นไปทางขวา ส่งเสริมให้บุตรพลิกตะแคงตัวได้ โดยจัดให้บุตรนอนหงาย มารดาบิดาถือของเล่นไว้ในระดับสายตาที่เด็กมองเห็น เคลื่อนของเล่นไปด้านข้างซ้ายๆ พร้อมกับเรียกชื่อเด็กและเขย่าของเล่นให้เด็กหันมามองตาม เพื่อให้บุตรพลิกตะแคงตัวตามมา ส่งเสริมให้บุตรมีพัฒนาการตามวัยโดยจากท่าคลาน เกาะเครื่องเรือนเหนี่ยวตัวขึ้นนั่งคุกเข่า และคงอยู่ในท่านั่งได้ กระทำโดยการวางของเล่นไว้บนโต๊ะเตี้ยๆ ตรงหน้าบุตรที่อยู่ในท่าคลานและแนใจว่าบุตรสนใจของเล่นนั้น ผู้สอนบอกให้บุตรลุกขึ้นไปเอา เด็กก็จะเหนี่ยวตัวขึ้นไปเป็นท่าคุกเข่าได้เอง โดยมีบุตรยังเกาะโต๊ะอยู่ ส่งเสริมการเดินโดยจูงมือบุตรทั้งสองข้าง โดยการจัดให้บุตรยืนข้างหน้ามารดาบิดา แล้วจับไหล่เด็กทั้งสองข้างดันไหล่ซ้ายไปข้างหน้าบุตรก็จะก้าวเท้าขวาออกมา ทำสลับกัน มารดาบิดาเปลี่ยนไปจับที่เอวบุตร แล้วดันไปข้างหน้าสลับกันทีละข้าง แล้วเปลี่ยนไปจับมือบุตร ทำเช่นเดียวกันจนบุตรคล่อง ส่งเสริมให้ลุกขึ้นยืนจากม้านั่งเตี้ยๆ หรือบันไดบ้านชั้นล่างสุดได้ โดยการจัดให้บุตรนั่งบนม้านั่งเตี้ยๆ หรือบันไดชั้นล่างสุด ให้เท้าทั้งสองข้างแตะพื้นพอดี บุตรจับมือมารดาบิดาไว้ทั้งสองข้าง มารดาบิดาดึงแขนบุตรขึ้นเล็กน้อย พร้อมกับบอกให้ยืนขึ้น บุตรจะเหนี่ยวตัวล้มไปข้างหน้า กดน้าหนักตัวลงที่เท้าทั้งสองข้างเหยียดเข่าดันตัวลุกขึ้นขึ้น ผีกหลายๆ ครั้งจนบุตรลุกขึ้นยืนได้เองโดยไม่ต้องจับ ส่งเสริมให้บุตรเดินถอยหลังได้ โดยจัดให้บุตรยืนตรงหน้า ผู้สอนใช้มือผลักเบาๆ ที่ไหล่และหน้าอกเด็ก จนบุตรเซก้าวถอยหลังไปได้ มารดาบิดามายืนข้างหลังบุตรจับไหล่เด็กทั้งสองข้าง แล้วค่อยๆ ดึงไหล่ให้เอนไปข้างหลัง บุตรจะก้าวถอยหลังตาม อาจจะพบว่าบุตรเอามือมาจับมารดาบิดาไว้เพื่อให้มั่นใจทำจนบุตรเดินได้เอง หรือใช้ของเล่นที่มีเชือกลาก ให้บุตรเดินถอยหลังลากของเล่น

การส่งเสริมด้านการใช้กล้ามเนื้อมัดเล็ก / สติปัญญา

ส่งเสริมให้บุตรมองตามสิ่งของจากด้านหนึ่งไปอีกด้านหนึ่ง ในท่านอนหงายใช้ของเล่นสีสดใสไม่มีเสียงห่างจากหน้าบุตร ๒๐ ซม. กระตุ้นให้เด็กจ้องมอง แล้วค่อยๆ เคลื่อนของเล่นนั้นให้ผ่านจุดกึ่งกลางใบหน้าของบุตรไป ขวา - ซ้าย ส่งเสริมให้บุตรถือสิ่งของ ๒ สิ่งเมื่อใส่มือให้ได้ อย่างน้อย ๕ วินาที กระทำโดยการนำของเล่นสีสดใส มีเสียง ๒ ชิ้น เช่น กรรุงกริ่ง ก้อนไม้ ใส่ของเล่นชิ้นที่หนึ่งให้บุตรกำไว้ แล้วนำของเล่นชิ้นที่ ๒ ใส่มือบุตรอีกข้าง ถ้าเด็กไม่จับมารดาบิดาช่วยจับมือบุตรให้กำของเล่นไว้ ส่งเสริมให้มองตามของเล่นที่ทำตก กระทำโดยการใช้ของเล่นสีสดใส มีเสียงเขย่าให้บุตรมองค่อยๆ เคลื่อนของเล่นขึ้นไปทางศีรษะ ขณะบุตรกำลังจ้องมองปล่อยให้ของเล่นตกลงมาบนพื้นเพื่อให้

เกิดเสียงดังและกระตุ้นให้บุตรมองตามของเล่นที่ตก ส่งเสริมในการจับนิ้วมือเพื่อหยิบลูกเกด โดยวางลูกเกดบนกระดาษหน้าบุตร ให้บุตรสนใจ แล้วพูดว่า “หยิบลูกเกดซิคะ/ครับ” ช่วยเหลือบุตรโดยจับรวม นิ้วกลาง นาง ก้อย เข้าหาฝ่ามือ เพื่อให้บุตรใช้นิ้วหัวแม่มือและนิ้วชี้หยิบลูกเกด หรือเล่นกับบุตรโดยใช้นิ้วหัวแม่มือและนิ้วชี้ ทำเป็นปากนก ปากไก่ พร้อมทำเสียงให้บุตรสนใจ ส่งเสริมให้ใช้มือทั้งสองข้างได้พร้อมกันในการประกอบกิจกรรม โดยการเตรียมอุปกรณ์ เช่น ขวดพลาสติกที่มีฝาเกลี้ยงใส่อาหาร กังหันเด็กเล่น มารดาบิดาแสดงวิธีเล่นเป็นตัวอย่าง แนะนำด้วยคำพูดและอาจจับมือบุตรทำในกรณีที่จำเป็น ส่งเสริมให้ย่นวัตถุให้ ๑ ชิ้น ตามคำสั่ง โดยเตรียมจาน ๒ ใบ แต่ละใบใส่วัตถุที่เหมือนกันหลายชิ้น เช่น ใส่ลูกปัด ใส่แท่งหมุด วางจานแรกตรงหน้าบุตรแล้วยื่นมือพร้อมพูดว่า “หยิบมาให้หนึ่งเม็ดคะ” ถ้าบุตรส่งให้เกินหนึ่งเม็ด ควรพูดว่า “พอแล้ว” หรือจับมือบุตรเพื่อไม่ให้ส่งเพิ่ม และควรสอนในชีวิตประจำวัน เช่น ส่งขนมให้บุตร ๑ ชิ้น จาน ๑ ใบ ช้อน ๑ คัน เป็นต้น

การส่งเสริมด้านการเข้าใจภาษา

ส่งเสริมให้บุตรมองหน้าผู้พูดได้นาน ๕ วินาที ในท่านอนหงายหรืออุ้มบุตร ให้หน้ามารดาบิดาห่างจากบุตรประมาณ ๖๐ ซม. สบตาและพูดคุยให้บุตรสนใจ ส่งเสริมให้บุตรสามารถเรียนรู้ที่จะหันหาเสียงเรียกชื่อบุตร ส่งเสริมให้บุตรหันตามเสียง จัดให้บุตรนอนหงาย หรือนั่งบนเก้าอี้ นั่งบนตัก สันกระดิง ตบมือ หรือเคาะสิ่งของ ระยะห่างตัวบุตร ๓๐-๔๕ ซม. รอให้บุตรหันมาทางทิศของเสียง ให้ยิ้มและชมเชย (ขณะฝึกอย่าให้มีเสียงอื่นรบกวน) ถ้าบุตรไม่มองให้จับคางหันตามเสียง ส่งเสริมให้บุตรมองดูรูปภาพกับผู้ใหญ่ได้นาน ๒ นาที โดยให้บุตรนั่งเก้าอี้หรือนั่งตัก ใช้หนังสือที่มีรูปภาพสีสดใสและชัดเจนเปิดให้เด็กดูทีละแผ่นพร้อมกับพูดคุยเกี่ยวกับภาพนั้นๆ จับมือบุตรให้ชี้ หรือสัมผัสรูปภาพพร้อมกับเล่าเรื่องด้วยน้ำเสียงที่ตื่นเต้น น่าฟัง ส่งเสริมให้รู้จักสมาชิกในบ้านเมื่อเอ่ยชื่อ โดยให้บอกชื่อคนในบ้านตามสถานการณ์ เช่น “พ่อมาแล้ว” “แม่อาบน้ำ” “พี่กินข้าว” และขณะเล่นกับบุตร ให้ระบุชื่อผู้ที่บุตรเล่นด้วย เช่น “จ๊ะเอ๋พี่...” “โยนบอลให้พ่อ” หรือถ้าบุตรอยู่กับสมาชิกในครอบครัวมากกว่าสองคน ให้เล่นเกม เช่น “ยายอยู่ไหน” ถ้าบุตรไม่ชี้ให้ยายพูดว่า “ยายอยู่ที่นี่” หรือคุณแม่บอกว่า “ยายอยู่นั่น” ต่อไปให้บุตรทำเองโดยไม่ต้องช่วยเหลือค่อยๆ ฝึกคะ ส่งเสริมให้รู้จักเสื้อผ้าโดยการเลือกตามคำสั่งได้ ๓ ชนิด ในวัยนี้ กระทำโดยการวางเสื้อผ้าเด็กลงบนโต๊ะพร้อมบอกชนิดให้บุตรรู้ แล้วบอกให้บุตรหยิบ เช่น เสื้อ กางเกง กระโปรง ถุงเท้า ทำซ้ำๆ จนบุตรทำได้ หรือให้บุตรหาเสื้อผ้าในตู้ ลั่นชักตะกร้า เพื่อให้เกิดทักษะควรเพิ่มสืเข้าไปด้วย ส่งเสริมให้บุตรเกิดสมาธิและความสนใจในการฟังนิทานได้นาน อ่านนิทานสั้นๆ ให้บุตรฟังทุกวัน ด้วยน้ำเสียงสนุกสนาน เลื่อนนิทานครั้งแรก ควรเลือกที่มีเรื่องและรูปภาพเกี่ยวข้องกับเหตุการณ์ประจำวันของบุตร ให้บุตรดูรูปภาพ และแต่งเรื่องในรูปภาพ เช่น อย่าพูดเพียงว่านี่คือช้อน แล้วเปิดไป ควรพูดว่า “ช้อนนี้ช่วยตักข้าวต้มทานตอนเช้า” และ “ตักก๋วยเตี๋ยวกินตอนกลางวันและตักน้ำแกงกินตอนเย็น” เป็นต้น

การส่งเสริมด้านการใช้ภาษา

ส่งเสริมให้บุตรสามารถส่งเสียงคุ้ยอ้อแอ้ โดยมารดาบิดาอุ้มหรือสัมผัส สบตาและพูดคุยกับบุตรด้วยเสียงสูงๆ ต่ำๆ ส่งเสริมให้บุตรทำเสียงในลำคอ อุ อา อือ อย่างชัดเจน โดยให้บุตรนอนหงายแล้วพูดคุย สบตาให้บุตรสนใจ ทำเสียงให้บุตรได้ยินแล้วหยุดเพื่อบอกจบบุตรส่งเสียงตาม ส่งเสริมการเลียนแบบการเล่นที่มีเสียง โดยมารดาบิดาสบตาบุตรพร้อมกระดกลิ้น หรือปิดปากพร้อมออกเสียง แล้วเปิดปากเดาะลิ้น หรือเป่าลมให้เด็กดูหลายๆ ครั้ง (ทำทีละอย่าง) รอให้บุตรเลียนแบบ ส่งเสริมให้บุตรส่งเสียงเพื่อเรียกร้องความสนใจ เมื่อถึงเวลาเมื่อเด็กหิว วางอาหาร หรือนม ตรงหน้าบุตรแต่ยังไม่ให้กิน รอให้บุตรส่งเสียงดังเรียกร้องความสนใจ แล้วจึงป้อน ส่งเสริมการเลียนแบบการเคลื่อนไหวของหน้า เช่น หยิดา จูปาก แลบลิ้น ยิ้มหวาน ในขณะที่พูดคุยกับบุตร ให้ทำสีหน้าแปลกๆ เช่น หยิดา แลบลิ้น จูปาก จีบปาก กระดกลิ้น ให้เด็กดูรอให้บุตรทำตาม ส่งเสริมให้บุตรเปล่งเสียงโต้ตอบ โดยการออกเสียงสูง ต่ำ โดยมารดาบิดาเล่านิทานง่ายๆ ประกอบภาพโดยทำเสียงสูง ต่ำ เช่น สุนัขเห่า “โฮ้ง โฮ้ง” แมวร้อง “เหมียว เหมียว” หรือร้องเพลงเด็กเสียงสูงต่ำ รอให้บุตรเปล่งเสียงตาม เช่น เพลง “จับปูดำ ขยำปูนา” ส่งเสริมการสนทนากับผู้ใหญ่ที่คุ้นเคยเป็นคำติดต่อกัน ๒ คำ โดยการเอาของเล่นมาให้บุตรเล่นถ้าเห็นบุตรสนุกให้เอาไว้บนโต๊ะที่เด็กหยิบไม่ถึงเพื่อให้บุตรพูดขอ “เอารถ” สอนให้บุตรพูดคำว่า “สวัสดี” เมื่อเจอผู้ใหญ่ ทุกครั้ง ต่อไปให้บุตรพูด “สวัสดี” เอง ร่วมกันร้องเพลง โดยสังเกตว่าร้องได้ถูกต้องหรือเกือบหมด (มีผิดบ้าง) โดยร้องเพลงง่ายๆ สั้นๆ ที่กำลังเป็นที่นิยม ให้บุตรฟังบ่อยๆ และพยายามออกเสียงตาม มารดาบิดาร้องท่อนเดียว แล้วหยุดให้บุตรร้องต่อ

การส่งเสริมด้านการช่วยเหลือตนเอง/สังคม

ส่งเสริมให้บุตรสนใจมองใบหน้าเวลาพูดคุยโดยการยื่นหน้าเข้าไปหาบุตรใกล้ๆ พร้อมกับยิ้ม พูดคุยขณะที่เล่นหรือกระทำกิจกรรมต่างๆ โดยเฉพาะการเล่นกับบุตร ส่งเสริมให้บุตรยิ้มให้ตัวเอง ในกระจก โดยการอุ้มบุตรมาส่องกระจก ยิ้มให้กับบุตรในกระจกแล้วพูดว่า “ตัวหนูอยู่นั่นไง” ส่งเสริมในการเล่นของเล่นได้เองตามลำพัง โดยการฝึกให้บุตรนั่งเอง และหยิบของเล่นรอบๆ ตัวได้ นั่งเล่นกับบุตรก่อนแล้วค่อยๆ ลูกออกมา ให้บุตรเล่นตามลำพัง ในระยะแรกควรลุกไประยะสั้นๆ โดยที่บุตรยังไม่ทันได้ร้อง แล้วค่อยๆ เพิ่มเวลาออกไป ขณะที่ลูกออกไปควรส่งเสียงกับบุตรเป็นครั้งคราว เพื่อบุตรจะได้รู้สึกว่าได้ทิ้งเขาไป ส่งเสริมการเล่นของใช้สิ่งของตามหน้าที่ง่ายๆ ได้ เช่น เล่นหวิมม ป้อนอาหาร โดยการเล่นกับบุตรนำเอาของใช้มาทำเป็นตัวอย่าง เช่น ถ้วยน้ำ ช้อน หวิมม เอาของเล่นเหล่านี้มาทำให้ตุ๊กตา เอาถ้วยน้ำมาป้อน เอาช้อนมาตักปาก และหวิมม ให้ตุ๊กตา ให้บุตรดู แล้วจับมือบุตรทำจนบุตรสามารถเล่นได้เอง ส่งเสริมให้บุตรถอดกางเกงขาสั้นเอายืดได้เอง โดยสอนบุตรดังนี้ ทำยืน – ใช้นิ้วหัวแม่มือรังที่ขอบกางเกงด้านข้างลงมาจากเอวจนถึงระดับสะโพก ทำยืน – ดึงกางเกงลงมาถึงระดับเข่า ทำนั่ง – ดึงกางเกงลงมาถึงระดับข้อเท้า ทำนั่ง – ดึงกางเกงจนหลุดพ้นเท้าออกมาทีละ

ข้าง เริ่มด้วยการทำให้บุตรดูพร้อมอธิบายตามขั้นตอน แล้วฝึกให้บุตรทำทีละขั้นตอนโดยมารดาบิดาช่วยบุตร แล้วค่อยๆ ลดการช่วยเหลือจนบุตรสามารถทำได้เอง ส่งเสริมให้ทำตามคำบอกได้ โดยใช้คำที่ง่ายและชัดเจนเมื่อบอกให้บุตรทำ เช่น หยิบของ ไปนอน ใส่หมวก ฯลฯ ครั้งแรกมารดาบิดาพูดพร้อมจับมือบุตรให้ทำตามค่อยๆ ลดความช่วยเหลือจนบุตรทำได้ พร้อมชมเชยบุตร

จากการที่ได้จัดกิจกรรมส่งเสริมและกระตุ้นพัฒนาการให้เด็กตามหลักวิชาการดังนี้แล้ว ได้สัมภาษณ์ คุณฉันทวรรณ สร้อยนาค^{๖๐} คุณพิมพ์พร ทรัพย์เหม^{๖๑} คุณเสาวนีย์ ขาติรักษา^{๖๒} และคุณจิตรารัตน์ ใจปวน^{๖๓} ในการจัดกิจกรรมในแต่ละวันมีความปรารถนาให้เด็กได้รับความสุขกายสุขใจ ให้ความรัก ความอบอุ่น ทำให้เด็กไม่เอาแต่ใจ และได้ปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างที่ดีให้แก่เด็ก เด็กก็จะรู้จักการปฏิบัติตน รู้จักการแบ่งปัน เพื่อเป็นที่ยอมรับและอยู่ในสังคมส่วนรวมได้อย่างมีความสุข ส่งเสริมและกระตุ้นในสิ่งที่เด็กยังทำไม่ได้ ให้เด็กทำได้ ให้ความเอาใจใส่ ดูแลเด็กเท่าเทียมกัน ไม่แบ่งชนชั้น เด็กได้รับความรัก ความอบอุ่นเท่าเทียมกัน และมีความปรารถนาให้เด็ก (บุตร) มีพัฒนาการที่ดี และยังมี คุณฉันทวรรณ สร้อยนาค ที่ได้มีหน้าที่ในการจัดกิจกรรมต่างๆ เพื่อส่งเสริมพัฒนาการให้เด็ก (บุตร) การจัดกิจกรรมให้เด็กเล็กๆ บางครั้งมีปัญหาในการสื่อสาร ความสามารถรายบุคคลเพราะเด็ก (บุตร) ยังเล็ก จึงต้องมีเมตตาในการสั่งสอนให้เด็กสามารถทำกิจกรรมได้ เด็กทำได้บ้างไม่ได้บ้างก็ให้กำลังใจทั้งการพูดคุยกุชมเชย แสดงออกถึงความรัก ความห่วงใย ปรารถนาดี จนทำให้เด็กมีกำลังใจในการทำกิจกรรมนั้นๆ ได้ ฝึกให้เด็กมีประสบการณ์ด้านต่างๆ ด้วยตนเอง โดยจัดสภาพแวดล้อมให้เอื้อต่อการเรียนรู้ กระตุ้นพัฒนาการด้วยการไม่ปิดกั้นในสิ่งที่ถูกต้อง ให้เด็กเล่นตามพัฒนาการโดยจะคอยเฝ้าระวังอย่างใกล้ชิด

๓.๒.๒ ส่งเสริมให้เด็กสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้

โดยทางหน่วยสาธิตฯ ได้ส่งเสริมโดยจัดกิจกรรมให้เด็กรู้จักกฎกติกาและปฏิบัติตามกฎกติกาต่างๆ เช่น กิจกรรมการเคลื่อนไหวกล่อมเนื้อมัดเล็ก มัดใหญ่ กิจกรรมสร้างสรรค์ กิจกรรมวงกลม และการเล่นจะต้องมีการเปลี่ยนหมุนเวียนในการเล่นของเล่นชิ้นนั้นๆ ฝึกให้รู้จักการรอคอย

^{๖๐} สัมภาษณ์ คุณฉันทวรรณ สร้อยนาค, ครูพี่เลี้ยง หน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเด็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙.

^{๖๑} สัมภาษณ์ คุณพิมพ์พร ทรัพย์เหม, พี่เลี้ยง หน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเด็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙.

^{๖๒} สัมภาษณ์ คุณเสาวนีย์ ขาติรักษา, ครูพี่เลี้ยง หน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเด็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๔ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙.

^{๖๓} สัมภาษณ์ คุณจิตรารัตน์ ใจปวน, ครูพี่เลี้ยง หน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเด็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙.

รู้จักการแบ่งปัน มีน้ำใจเวลาเล่นเป็นกลุ่ม เวลารับประทานอาหารและทำกิจกรรมต่างๆ ที่มีส่วนร่วม ร่วมกัน และจัดประสบการณ์การเรียนรู้เพื่อส่งเสริมให้เด็กมีลักษณะนิสัยที่ดี ด้วยการเอาใจใส่ผู้อื่น รู้จักการช่วยเหลือ การพูดจาไพเราะเพื่อสร้างความเป็นมิตรกับผู้อื่น จะส่งผลให้เด็กสามารถใช้ชีวิตประจำวันได้อย่างมีความสุข และคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ ได้พูดถึงการส่งเสริมให้เด็กสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นโดยผู้ใหญ่ ว่า^{๖๔} "เป็นการพัฒนาเด็กบนพื้นฐาน การอบรมเลี้ยงดูและส่งเสริม กระบวนการเรียนรู้ที่สนองต่อธรรมชาติและพัฒนาการของเด็ก ภายใต้บริบทสังคม วัฒนธรรมที่เด็กอาศัยอยู่ ด้วยความรัก ความเอื้ออาทรและความเข้าใจของทุกคน ซึ่งจะเป็นการทำงานในลักษณะของการร่วมมือกันรับผิดชอบ หรือถือเป็นหุ้นส่วนที่จะต้องช่วยพัฒนาเด็กให้บรรลุเป้าหมายที่ต้องการร่วมกัน" สอดคล้องกับคำสัมภาษณ์ของ คุณศรัณย์ แสงทอง^{๖๕} และคุณจิตราภรณ์ ใจปวน^{๖๖} สอนบุตรให้มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ แบ่งปัน และพูดจาไพเราะ อ่อนหวาน ไม่ทำเสียงดังดัน ให้ความรัก ความปรารถนาดีกับเด็ก การชมเชยเพื่อให้เด็กเกิดความภาคภูมิใจ และผู้ใหญ่ก็ต้องรู้จักปล่อยวางถ้าสิ่งที่ทำไม่สามารถแก้ไขได้ จะไม่ทำให้เกิดการกดดันทำให้ตัวเองและผู้อื่นไม่มีความสุข และกระทรวงศึกษาธิการ^{๖๗} ได้พูดถึงการอยู่ร่วมกับผู้อื่นของคนเรา ว่า ต้องอาศัยองค์ประกอบที่สำคัญคือ ความร่วมมือ เนื่องจากคนเราจะอยู่ร่วมกันเป็นสังคม แต่ละคนเป็นส่วนหนึ่งของสังคม จึงมีความสัมพันธ์กันและกัน ทั้งความเป็นบุคคล ครอบครัว ชุมชน ดังที่ คุณวุฒิชัย บุญทวีศักดิ์^{๖๘} “ได้สอนให้บุตรรู้จักการให้ เช่น ใหขนมและแบ่งของเล่นกับเพื่อน การมีน้ำใจในการช่วยเหลือโดยได้ปฏิบัติให้บุตรได้ดู ได้รับรู้เพื่อบุตรจะได้ซึมซับในการกระทำความดี” การกระทำของคนเรามีผลต่อตนเองและต่อสังคม เมื่อคนเรามีความร่วมมือกันย่อมมีประโยชน์แก่สังคม ที่จะก่อเกิดให้เกิดความสงบสุขในสังคม จึงเป็นเรื่องจำเป็นที่ต้องอบรมสั่งสอนให้เด็กมีพื้นฐานความประพฤติเรื่องความร่วมมือตั้งแต่เด็ก ทำให้เด็กสามารถเข้ากับผู้อื่นได้ในแง่ของการเล่น การทำงานร่วมกัน การทำกิจกรรมต่างๆในชีวิตประจำวันร่วมกับผู้อื่น หลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช ๒๕๕๖ ได้กำหนดมาตรฐานคุณลักษณะ ที่พึงประสงค์ ว่า “อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุขและปฏิบัติตนเป็นสมาชิกที่

^{๖๔} คณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ, **เด็กปฐมวัยของสหรัฐอเมริกา : รายงานการพัฒนาและการเรียนรู้**, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท พรักหวาน กราฟฟิค จำกัด, ๒๕๕๓).

^{๖๕} สัมภาษณ์ คุณศรัณย์ แสงทอง, ผู้ปกครองบุตร หน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเด็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๙ ธันวาคม ๒๕๕๘.

^{๖๖} สัมภาษณ์ คุณจิตราภรณ์ ใจปวน, พี่เลี้ยง หน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเด็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙.

^{๖๗} กระทรวงศึกษาธิการ, **หลักสูตรการศึกษาปฐมวัย**, (กรุงเทพมหานคร : ศุภสมาคมพรวัว, ๒๕๕๖).

^{๖๘} สัมภาษณ์ คุณวุฒิชัย บุญทวีศักดิ์, ผู้ปกครองบุตร หน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเด็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๑๐ พฤศจิกายน ๒๕๕๘.

ดีของสังคมในระบอบประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์เป็นประมุข” พัชรี ผลโยธิน^{๖๙} ได้กล่าวถึง การสอนและส่งเสริมเรื่องความร่วมมือเพื่อจะอยู่กับผู้อื่นได้จึงมีความสำคัญเป็นประโยชน์ต่อเด็ก ว่า การพัฒนาการแต่ละด้านของเด็กจะมีความสัมพันธ์กัน การพัฒนาการทางสังคม การร่วมมือ ช่วยเหลือ จะทำให้พัฒนาการด้านร่างกาย อารมณ์และสติปัญญาของเด็กเจริญไปด้วย เด็กเป็นวัยที่สามารถเรียนรู้พฤติกรรมความร่วมมือได้ โดยได้รับการฝึกฝนจากผู้ใหญ่ และคุณรัศมีลภัส สุติดา^{๗๐} “ได้สอนบุตรและปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างในการไม่เบียดเบียน ไม่ทำร้ายทั้งต่อผู้อื่นหรือแม้กระทั่งสิ่งที่เป็นสัตว์เลี้ยง และให้การดูแลเวลาสัตว์ไม่สบาย ให้อาหารสัตว์ในแต่ละวันสอนให้มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ และสอนให้เคารพกฎกติกาของสังคม เริ่มจากการมีข้อตกลงกันในบ้าน ในการใช้ภาษา ในการสื่อสารโดยมีคำพูดที่ดี สุภาพ เพื่อแสดงออกไปในทางที่ดีที่พึงประสงค์ต่อไป” ให้เด็กได้รู้ถึงการเข้ากลุ่มกับผู้อื่น การทำประโยชน์ให้แก่สังคมเด็กจะปรับตัว เรียนรู้ที่จะทำให้ตนเองเป็นที่ยอมรับของผู้อื่นและเรียนรู้ความรู้สึกของคนอื่นไปด้วย เด็กจะเป็นผู้ที่มีบุคลิกภาพที่ดี ต้องรู้จักเป็นผู้ช่วยเหลือคนอื่น รู้จักการเป็นผู้นำผู้ตาม รู้จักความรับผิดชอบ รู้จักการยอมรับผู้อื่น รู้จักการสื่อสาร ผู้ใหญ่จึงเป็นผู้ที่มีหน้าที่ในการส่งเสริม สั่งสอน และจัดกิจกรรมการเรียนรู้ให้เด็กมีนิสัยที่ดีเมื่อเติบโตเป็นผู้ใหญ่ใน ภายภาคหน้าจะได้เป็นบุคคลที่มีคุณภาพ สามารถทำประโยชน์ให้แก่สังคม ประเทศชาติต่อไป

จะเห็นได้ว่าการที่เด็กจะสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุขนั้นผู้ใหญ่ต้องคอยดูแลอบรมสั่งสอน และจัดกิจกรรมต่างๆที่ส่งเสริมการอยู่ร่วมกัน การทำงานร่วมกัน การใช้ชีวิตประจำวันร่วมกัน ต้องให้เด็กรู้จักการอยู่ร่วมกันอย่างสงบ ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ แบ่งปันมีน้ำใจ รู้กฎกติกาของสังคมไม่ว่าที่บ้าน ที่โรงเรียน ที่สาธารณะต่างๆ เด็กก็จะสามารถดำเนินชีวิตอย่างมีความสุขไม่ไปเบียดเบียนหรือทำผิดกฎระเบียบตามสถานที่นั้นๆ

๓.๒.๓ สนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา

การดูแลให้เด็กได้รับนมแม่ เป็นสิ่งที่ดีที่สุดในช่วงแรกของชีวิต แม่ที่มีสุขภาพดีจะมีปริมาณน้ำนมมากพอที่จะให้พลังงาน โปรตีน และสารอาหารอื่นๆสำหรับการเจริญเติบโตของเด็ก ในช่วง ๖ เดือนแรกของชีวิต จากนั้นเด็กเติบโตขึ้นจึงมีความจำเป็นต้องได้รับอาหารเสริมควบคู่กับนมแม่ นมแม่มีข้อดีเมื่อเทียบกับนมผสมหลายประการ เช่น คุณค่าทางโภชนาการ ความสะอาด สะดวก และปลอดภัย เสริมสร้างภูมิคุ้มกันโรค การไม่เกิดภูมิแพ้ และความผูกพันระหว่างแม่และลูก

^{๖๙} พัชรี ผลโยธิน, **เด็กอนุบาลกับพฤติกรรมความร่วมมือ**, การศึกษาปฐมวัย ๑, ๒๕๔๐, หน้า ๕๙-๖๒.

^{๗๐} สัมภาษณ์ คุณรัศมีลภัส สุติดา, ผู้ปกครองบุตร หน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๐ พฤศจิกายน ๒๕๕๘.

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ ได้กล่าว^{๗๑} ในช่วง ๒ ปีแรก เด็กมีการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็ว และเป็นโอกาสทองสำหรับพัฒนาการทางสมอง ซึ่งจะมีผลต่อระดับสติปัญญาในอนาคต ปัจจัยสำคัญคือ อาหารและภาวะโภชนาการ นมแม่เป็นอาหารที่ดีที่สุดสำหรับทารก ถ้าแม่มีสุขภาพดี ควรเลี้ยงด้วยนมแม่อย่างเดียวจนถึงอายุ ๖ เดือน จากนั้นเด็กควรได้รับอาหารตามวัยที่มีคุณภาพ มีคุณค่าทางโภชนาการร่วมกับนมแม่ทำให้เด็กได้รับสารอาหารและพลังงานอย่างเพียงพอและเป็นการสร้างเสริมนิสัยและพฤติกรรมที่ดีของเด็ก **ทางหน่วยสาธิตฯจึงเห็นความสำคัญและประโยชน์ของการให้นมมารดากับบุตร** โดยได้จัดห้องที่สำหรับให้นมมารดาไว้บริการในหน่วยสาธิตฯ สำหรับมารดาที่ไม่สามารถมาให้นมลูกได้ สามารถบิบใส่ขวดหรือปั๊มมาให้ทางหน่วยสาธิตฯไว้ ทางเจ้าหน้าที่ได้จัดเตรียมที่เก็บไว้รองรับและนำมาอุ่นตามอุณหภูมิที่เหมาะสมให้เด็กได้ดูดกินเมื่อเด็กต้องการ

นิตยา ไทยภิรมย์ และอุษณีย์ จินตะเวช^{๗๒} ได้กล่าวถึงการเลี้ยงบุตรด้วยนมแม่ว่า นำนมแม่เป็นอาหารที่เหมาะสมสำคัญที่สุด ในปัจจุบันวงการแพทย์ได้มีการกระตุ้นให้ทารกดูดนมแม่โดยเร็วที่สุดหลังเกิดเพื่อเป็นการเสริมสร้างความผูกพัน ภายหลังคลอดประมาณ ๒ วัน มารดาจะเริ่มมีน้ำนมน้ำนมที่ไหลออกมาครั้งแรกจะมีลักษณะใสเหลืองเรียกว่า น้ำนมเหลือง หรือน้ำเหลืองน้ำนม (Colostrum) น้ำนมระยะนี้ประกอบด้วยโปรตีน ไขมัน และเกลือแร่หลายชนิดสูงกว่าระยะอื่น นอกจากนี้ยังมีภูมิคุ้มกันโรคและช่วยลดอาการท้องอืดของทารก ไม่ควรบิบทิ้งหลังจากนั้น ๒-๓ วัน น้ำนมแม่ที่ออกมาจะมีลักษณะเหมือนน้ำนมปกติ การให้นมของมารดามีประโยชน์ เพราะมีสารอาหารที่เหมาะสม มีอุณหภูมิพอดี สะอาด ประหยัด ปลอดภัยไม่เสี่ยงต่อการปนเปื้อนของเชื้อโรค ป้องกันการติดเชื้อเพราะมีปัจจัยด้านการติดเชื้อ ลดอัตราการเกิดโรคมุมิแพ้แม่ในครอบครัวมีประวัติการมีโรคมุมิแพ้อย่างรุนแรง ไม่ทำให้เด็กเป็นโรคอ้วน กระชับความผูกพันระหว่างมารดากับบุตร มีผลต่อสุขภาพจิตและพัฒนาการของบุตรและต่อความรักที่มารดามีต่อบุตร และที่สำคัญอีกประการหนึ่งของประโยชน์การให้นมแม่ในการเลี้ยงบุตรคือ มารดาที่ให้นมบุตรนาน จะมีอัตราการเป็นโรคมะเร็งที่เต้านมน้อยลง

และทางคุณวาสนา อ่ำแก้ว^{๗๓} ได้ให้คำแนะนำ ผู้ปกครอง เรื่องการรักษาความสะอาดในการเตรียมอุปกรณ์ต่างๆ เช่น จุกนม ขวดนม ต้องล้างให้สะอาดแล้วต้มหรือนึ่งทุกครั้งก่อนใช้ น้ำที่ใช้ผสมต้องเป็นน้ำที่สะอาดต้มจนเดือดแล้ว ให้นมแต่ละมื้อมีปริมาณเพียงพอต่อความต้องการของเด็ก

^{๗๑} สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.), **คู่มืออาหารตามวัยสำหรับทารกและเด็กเล็ก**, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท ปิยอนด์ เอ็นเนอร์จี จำกัด, ๒๕๕๒), หน้า ๒.

^{๗๒} นิตยา ไทยภิรมย์ และ อุษณีย์ จินตะเวช, **การดูแลเด็ก**, (เชียงใหม่ : คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๕๑), หน้า ๒๐.

^{๗๓} สัมภาษณ์ คุณวาสนา อ่ำแก้ว, นักโภชนาการ.หน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเด็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙.

มารดาให้น้ำนมเป็นอาหารที่ดีที่สุด ดังที่ พิมพารณ์ กลั่นกลิ่น^{๗๔} ได้พูดถึงประโยชน์ของน้ำนมมารดาว่า มีคุณค่ามากมาย มีภูมิต้านทานโรค ย่อยง่าย สะดวกประหยัด ขณะให้นมลูกมารดามีการโอบอุ้มส่งผลให้เกิดปฏิสัมพันธ์ระหว่างมารดาและเด็ก ในนมมารดามีสารอาหารที่สำคัญ คือ ไขมัน ซึ่งช่วยในขบวนการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของเซลล์ประสาทดีขึ้น โดยจะช่วยหล่อลื่นเส้นใยประสาทในสมอง มีการเชื่อมโยงของใยประสาทดีขึ้น การทำงานของสมองมีประสิทธิภาพดีขึ้น ลดโอกาสเป็นโรคภูมิแพ้ในเด็กและยังมีสารต้านการอักเสบช่วยลดโอกาสการติดเชื้อ สารเหล่านี้ไม่มีอยู่ในนมผสม และโอกาสที่จะอ้วนมีน้อยกว่านมผสม สอดคล้องกับกระทรวงสาธารณสุขที่ให้ความสำคัญกับการให้อาหารตามวัยของเด็กเรื่องการให้นมทารก ว่า ในช่วงอายุ ๖ เดือนแรก ทารกจะได้รับสารอาหารพอเพียงจากนมแม่ที่มีสุขภาพดีหรือนมดัดแปลงสำหรับทารก และทารกเติบโตได้ตามเกณฑ์ นมแม่อย่างเดียวจะพอเพียงต่อการเติบโตของลูกจนถึงอายุ ๖ เดือน จากนั้นทารกจำเป็นต้องได้รับพลังงานและสารอาหารบางชนิดเพิ่มเติมจากอาหารตามวัยสำหรับทารก จากการสัมภาษณ์ คุณจุรีพร ใจสุยะ^{๗๕} ถึงการให้น้ำนมกับบุตรว่า ต้องมีความอดทนเพราะการให้นมบุตรบางครั้งมีความต้องการทำธุระส่วนตัวที่รีบด่วนหรือมีความไม่สบายตัว และบางครั้งบุตรกีด ก็ต้องทนเพื่อให้บุตรได้รับนมจนอิ่ม มารดาถึงจะทำได้กิจของตนเอง จึงจะเห็นได้ว่าการให้นมบุตรแต่ละครั้งมารดาต้องมีความเสียสละและมีความอดทนสูง

การเลี้ยงดูบุตรด้วยน้ำนมมารดาที่มาจากเลือดในอกของมารดาแล้ว ยังต้องเตรียมตัวให้สะอาด เตรียมเครื่องใช้ต่างๆ ให้พร้อมแล้ว และมีความอดทนในการที่ต้องใช้เวลาให้นมบุตรจนอิ่ม เพียงพอต่อความต้องการของบุตร ไม่เห็นถึงความเหน็ดเหนื่อย ความไม่สบายตัวต่างๆ มารดาจึงต้องมีหลักในการยึดเหนี่ยวจิตใจให้มีความอดทนต่อสิ่งที่ทำเพราะความรักที่มีต่อบุตร

๓.๒.๔ ส่งเสริมการมีส่วนร่วมในการดูแลบุตรของมารดาบิดา

บิดามารดาเป็นบุคคลสำคัญในการเลี้ยงดู อบรม สั่งสอนบุตรให้เป็นคนดี มีความสามารถ ให้การศึกษาเรียนรู้สิ่งต่างๆ ก่อนใคร ดังที่ทางพระพุทธศาสนาได้กล่าวไว้ว่า เป็นครูคนแรกของลูก ทางหน่วยสาธิตฯ ได้มีการส่งเสริมและสนับสนุนให้มารดาบิดามีส่วนร่วมในการดูแลบุตรโดยได้จัดกิจกรรมสายสัมพันธ์ พ่อ แม่ ลูก มีส่วนช่วยกันในการทำกิจกรรมทุกอาทิตย์ และได้จัดทำสมุดสื่อสาร มีการบันทึกรายละเอียดต่างๆ และส่งให้ผู้ปกครองจะทำให้ทราบสุขภาพ การเจริญเติบโตและ

^{๗๔} พิมพารณ์ กลั่นกลิ่น, การสร้างเสริมสุขภาพเด็กทุกช่วงวัย, (กรุงเทพมหานคร : สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ, ๒๕๕๕), หน้า ๓๖.

^{๗๕} สัมภาษณ์ คุณจุรีพร ใจสุยะ, ผู้ปกครองบุตร หน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเด็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๑๖ พฤศจิกายน ๒๕๕๘.

พฤติกรรม พัฒนาการของบุตรทั้งที่อยู่บ้านและที่อยู่หน่วยสาธิตฯทำให้มีการดูแล อบรมสั่งสอน จัดกิจกรรมเสริมประสบการณ์ให้กับเด็กไปในทิศทางเดียวกัน ประกอบด้วย

- รายงานสุขภาพทั่วไปของเด็กที่มารับบริการทั้งวันมีความปกติหรือมีโรคภัยไข้เจ็บและเกิดอุบัติเหตุในวันนั้นๆหรือไม่ การได้รับนมอาหารปริมาณมากน้อยเพียงไร การหลับพักผ่อนวันละกี่ครั้งๆละประมาณกี่ชั่วโมง การขับถ่ายมีลักษณะอย่างไร พฤติกรรมและลักษณะทั่วไปของบุตรเป็นอย่างไร และการจัดกิจกรรมส่งเสริมพัฒนาการด้านต่างๆให้กับบุตรอะไร อย่างไร ในแต่ละวัน (สมุดสื่อสารรายวัน)

- กิจกรรมสายสัมพันธ์ พ่อ แม่ ลูก จัดเตรียมอุปกรณ์และตั้งโจทย์ตามหน่วยการสอน/กิจกรรมส่งเสริมพัฒนาการให้ไปทำกิจกรรมร่วมกันที่บ้านทุกวันศุกร์แล้วนำมาส่งวันจันทร์ (สมุดสายสัมพันธ์รายสัปดาห์) เพื่อให้ครอบครัวมีความสัมพันธ์กันระหว่าง มารดาบิดา และบุตร เพราะบางครอบครัวไม่เข้าใจในบทบาทของตนเองในการดูแลบุตร ดังที่ นิตยา ไทยาภิรมย์^{๗๖} ได้กล่าวถึงสถานการณ์ในปัจจุบัน ว่า มารดาบิดาคิดว่ามีเงินมากทำให้เลี้ยงบุตรได้ดี หรือหาเงินมาให้บุตรได้ใช้ก็เพียงพอแล้ว ไม่ได้นึกถึงคุณค่าทางจิตใจ ให้ความรักความอบอุ่น ความใกล้ชิด ความเข้าใจ หรือมีความสัมพันธ์ระหว่างมารดาบิดาที่มีต่อบุตร จะเห็นอยู่เสมอที่มารดาบิดา สนใจแต่เพียงจะหาเงินให้ได้มากอย่างไร จึงต้องหาสถานที่ที่จะพาบุตรไปฝากเลี้ยงตามสถานรับเลี้ยงเด็ก และหน่วยสาธิตฯ ของคณะพยาบาลศาสตร์จึงเป็นสถานที่ที่มารดาบิดาพาบุตรมา จึงต้องมีการจัดกิจกรรมต่างๆเพื่อให้ มารดาบิดาและบุตรมีกิจกรรมร่วมกันเพื่อสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดี มีความทรงจำที่เป็นบวกกับบุตร

- จัดทำสมุดรายงาน อายุเด็ก การเจริญเติบโต เช่น น้ำหนัก ส่วนสูง และรอบศีรษะในเด็กที่อายุขวบปีแรก และแปลผลโดยมีกราฟแสดงเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโตเพศหญิง เพศชาย รายงานสรุปการเจ็บป่วย อุบัติเหตุ รายงานผลของการจัดกิจกรรมส่งเสริมพัฒนาการของเด็กในด้านทักษะการเคลื่อนไหวร่างกาย ทักษะการใช้กล้ามเนื้อมัดเล็กและสติปัญญา ทักษะการเข้าใจภาษา ทักษะการใช้ภาษา และทักษะการช่วยเหลือตนเองและสังคม (สมุดประจำตัวรายเดือน)

- มีเครือข่ายมารดาบิดาของแต่ละห้องเป็นตัวแทนมาประชุมรับทราบเกี่ยวกับการดำเนินงานและเหตุการณ์ต่างๆภายในหน่วยสาธิตฯ ที่จะเป็นประโยชน์กับบุตรทุกคนแล้วประชาสัมพันธ์ให้ผู้ปกครองท่านอื่นๆได้รับทราบและร่วมมือกันทำตามนโยบายของหน่วยสาธิตฯ เพื่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการของบุตรทุกรอบครัว

- จัดประชุม อบรมให้ความรู้เกี่ยวกับการส่งเสริมการเจริญเติบโตและพัฒนาการ พร้อมทั้งโรคฮิตในแต่ละฤดู ให้มารดาบิดาเพื่อจะได้นำไปดูแลบุตรให้มีความสมบูรณ์ทั้งด้านร่างกายและจิตใจ

^{๗๖} นิตยา ไทยาภิรมย์ และ อุษณีย์ จินตะเวช, การดูแลเด็ก, อ่างแล้ว, หน้า ๒๕.

- จัดทำเอกสารแผ่นพับความรู้เรื่องต่างๆ และจัดบอร์ดสาระน่ารู้เกี่ยวกับการดูแลเด็กให้มารดาบิดาได้รับความรู้ที่จะนำไปปฏิบัติดูแลบุตรที่บ้าน

พิมพาภรณ์ กลั่นกลิน^{๗๗} พูดถึง การมีส่วนร่วมของมารดาบิดาในด้านต่างๆ ดังนี้ การส่งเสริมการเจริญเติบโตและพัฒนาการ การส่งเสริมสุขภาพการประเมนการเจริญเติบโต การส่งเสริมโภชนาการตามวัย การนอนหลับพักผ่อน สุขภาพอนามัยช่องปาก การขับถ่ายที่ถูกต้อง การป้องกันและควบคุมโรค ความปลอดภัย การจัดการเมื่อพบบุตรเจ็บป่วย และการจัดการสุขภาพและสิ่งแวดล้อม มารดาบิดารับทราบแนวปฏิบัติในด้านต่างๆ ของหน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็กดำเนินการ และมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นทั้งจากสมุดสื่อสารที่ส่งคืนทุกวันระหว่างผู้ปกครองกับครูพี่เลี้ยง และการสื่อสารกันระหว่างผู้ปกครอง พี่เลี้ยง และพยาบาล ผู้ปกครองให้ความสนใจและให้ความร่วมมือในการปฏิบัติตามคำแนะนำเรื่องต่างๆ ที่ช่วยพัฒนาให้บุตรมีความสามารถเป็นไปตามวัยทั้งการเจริญเติบโตและพัฒนาการ มีสุขภาพที่สมบูรณ์แข็งแรง และมารดาบิดายังให้ความร่วมมือปฏิบัติตามแนวทางของหน่วยสาธิตฯ ในการป้องกันตนเองที่จะแพร่เชื้อเวลาเจ็บป่วยโดยไม่พาบุตรมารับบริการเวลาไม่สบายจะดูแลบุตรเองที่บ้านจนกว่าจะหายหรือไม่สามารถแพร่กระจายเชื้อไปถึงเพื่อนได้ และมารดาบิดายังให้ความสนใจข่าวสารที่ทางหน่วยสาธิตฯ แนะนำหรือให้ความรู้ รวมทั้งสนับสนุนการจัดสิ่งแวดล้อมที่ดีของหน่วยสาธิตฯ อีกด้วย

พิมพาภรณ์ กลั่นกลิน^{๗๘} ได้กล่าวถึง และให้ความคิดเห็นในการมีส่วนร่วมของมารดาบิดากับหน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก เพื่อที่จะได้ปฏิบัติ ในการดูแลบุตรไปในทิศทางเดียวกัน ดังนี้

๑) ด้านการส่งเสริมสุขภาพ

- ๑.๑) มีเวลาให้บุตรมากขึ้น และทำตามคำแนะนำที่ทางหน่วยสาธิตฯ ให้ไป
- ๑.๒) สื่อสารข้อมูลต่างๆ ที่สำคัญให้ครูพี่เลี้ยงทราบผ่านทางบันทึกประจำวัน
- ๑.๓) เตรียมอุปกรณ์ เครื่องใช้ส่วนตัว ที่จำเป็นมาให้บุตรตามฤดูกาล เช่น เสื้อผ้าหนา - บางตามฤดูต่างๆ ถุงเท้ากันลื่น
- ๑.๔) ไม่พาบุตรไปในสถานที่ๆ เสี่ยงต่อการติดเชื้อ
- ๑.๕) ร่วมมือกับครูพี่เลี้ยงในการฝึกฝนสิ่งต่างๆ ที่ช่วยให้บุตรมีพัฒนาการที่เหมาะสมตามวัยต่อเนื่องที่บ้าน ตามคำแนะนำของครูพี่เลี้ยง

๒) ด้านการพัฒนาบุคลากร

^{๗๗} พิมพาภรณ์ กลั่นกลิน และคณะ, ถอดบทเรียนศูนย์เด็กเล็กในสถาบันในสถาบันการศึกษาพยาบาล, อ่างแล้ว, หน้า ๖๓.

^{๗๘} พิมพาภรณ์ กลั่นกลิน และคณะ, อ่างแล้ว, หน้า ๖๔.

๒.๑) ยินดีให้ความร่วมมือในการมาจัดกิจกรรมร่วมกับทางหน่วยสาธิตฯ หากเป็นช่วงเวลาที่เอื้ออำนวย

๒.๒) ยินดีมาเป็นวิทยากรอบรมให้ความรู้ พัฒนาศักยภาพพี่เลี้ยง

๓) ด้านกิจกรรม

๓.๑) เชิญชวนให้มีการแลกเปลี่ยนสื่อกันอ่านในกลุ่มผู้ปกครอง

๓.๒) ร่วมเป็นอาสาสมัครทำกิจกรรมพิเศษร่วมกับเด็กในบางชั่วโมง

๔) ด้านการประเมินผล

๔.๑) การประชุมเพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็นสร้างความเข้าใจที่ตรงกันโดยควรเลือกช่วงเวลาที่ส่งผลกระทบท่อการดูแลบุตรของครูพี่เลี้ยง

๔.๒) จัดให้มีการพูดคุยระหว่างผู้ปกครองกับครูพี่เลี้ยงในการส่งเสริมบุตรในด้านต่างๆ ให้เป็นไปในทิศทางเดียวกัน บุตรผู้ได้รับการถ่ายทอดจะได้ไม่สับสน

๔.๓) มีส่วนร่วมในการประเมินพี่เลี้ยง เพื่อใช้ในการประเมินผลการปฏิบัติงาน

๕) ด้านด้านการบริหาร/การดำเนินงานของหน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก

๕.๑) เข้ามามีบทบาทในการเป็นกรรมการ และเป็นตัวแทนเครือข่ายผู้ปกครองในการแสดงความคิดเห็นด้านการบริหารงานของหน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก

๕.๒) มีส่วนในการช่วยประชาสัมพันธ์การดำเนินงานให้รับทราบทั่วกันในหมู่ของผู้ปกครอง

นอกจากที่ได้กล่าวมาข้างต้นการส่งเสริมพัฒนาการบุตรของบิดามารดา โดยได้สัมภาษณ์ คุณศรัณย์ แสงทอง^{๗๙} ในการส่งเสริมพัฒนาการบุตร ได้นำหลักพุทธธรรม **พรหมวิหาร ๔ ข้อเมตตา** มาใช้ให้บุตรมีจิตใจเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ไม่เห็นแก่ตัว **มกิตตา** ให้บุตรรู้จักการแสดงความคิดเห็น ชื่นชมในบุคคลที่ทำความดี **ขรวาสธรรม ข้อขันติ** โดยให้รู้จักอดทน รอคอย และได้พูดถึง**กรรม**คือ การกระทำ เพื่อให้บุตรได้รู้ถึงการประพฤติปฏิบัติให้ถูกต้อง และจากการสังเกตยังได้รู้ถึงการเลี้ยงดูบุตรของหน่วยสาธิตฯ ในการใช้หลักพุทธธรรม ทิศ ๖ มาอบรมสั่งสอนบุตรแต่จากการสัมภาษณ์ผู้ถูกสัมภาษณ์ไม่ได้ให้ข้อมูลและพูดถึงในการใช้หลักพุทธธรรมนี้แต่จะแสดงผลของการกระทำโดยได้สั่งสอนบุตรไม่ให้ทำในสิ่งที่ไม่ดี เลือกคบคนที่ดี มีความขยัน อดทน ใช้ชีวิตอย่างระมัดระวังไม่ประมาท ส่งเสริมให้บุตรได้รับการศึกษาที่ดี ให้ความเจริญก้าวหน้า จึงแสดงให้เห็นถึงการปฏิบัติตนของบิดามารดาต่อบุตรไม่ว่าจะเป็นการสั่งสอน การทำเป็นตัวอย่าง ล้วนแล้วเพื่อจะให้บุตรเป็นคนดี คนเก่ง และมีความสุข ที่

^{๗๙} สัมภาษณ์ คุณศรัณย์ แสงทอง, ผู้ปกครองบุตร หน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๙ ธันวาคม ๒๕๕๘.

สำคัญให้บุตรสามารถอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างมีความสุข เป็นบุคลากรที่มีคุณภาพและเป็นคนที่สังคมและประเทศชาติต้องการ

๓.๒.๕ ส่งเสริมด้านการดูแลเด็กวัยทารกและวัยหัดเดิน อย่างมีคุณภาพภายใต้ความรู้ที่ได้จากการศึกษาและวิจัย

ในหน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ มีอาจารย์กลุ่มวิชาการเวชศาสตร์ ที่สนใจในการส่งเสริมสุขภาพและพัฒนาการของเด็กวัยทารกและเด็กเล็ก ร่วมกับคณะกรรมการบริการวิชาการของหน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก ได้ดำเนินการวิจัยในรูปแบบต่างๆ ตั้งแต่ปี พ.ศ. ๒๕๓๙ จนถึงปัจจุบัน มีทั้งหมด ๑๖ เรื่อง และอยู่ในช่วงดำเนินการอีก ๒ เรื่อง โดย พิมพารณ์ กลั่นกลิ่น^{๘๐} ให้รายละเอียดดังนี้

ลำดับ	ปี พ.ศ.	ผู้ดำเนินการวิจัย	เรื่อง
๑	๒๕๓๙	คณะกรรมการบริการวิชาการของหน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก และอาจารย์จากภาควิชาการพยาบาลกุมารเวชศาสตร์	การระบาดของโรคสุกใสในสถานเลี้ยงเด็ก
๒	๒๕๔๑	คณะกรรมการบริการวิชาการของหน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก และอาจารย์จากภาควิชาการพยาบาลกุมารเวชศาสตร์	การเฝ้าระวังการควบคุมการติดเชื้อในสถานเลี้ยงเด็ก ก่อนวัยเรียน : กรณีศึกษาหน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
๓	๒๕๔๓	คณะกรรมการบริการวิชาการของหน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก และอาจารย์จากภาควิชาการพยาบาลกุมารเวชศาสตร์	รูปแบบการส่งเสริมสุขภาพเด็กในหน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
๔	๒๕๔๓	คณะกรรมการบริการวิชาการของหน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก และอาจารย์จากภาควิชาการพยาบาลกุมารเวชศาสตร์	ความพึงพอใจของผู้ปกครองเด็กต่อบริการที่ได้รับจากหน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

^{๘๐} พิมพารณ์ กลั่นกลิ่น และคณะ, ถอดบทเรียนศูนย์เด็กเล็กในสถาบันในสถาบันการศึกษาพยาบาล, อ้างแล้ว, หน้า ๒๓-๓๗.

ลำดับ	ปี พ.ศ.	ผู้ดำเนินการวิจัย	เรื่อง
๕	๒๕๔๔	คณะกรรมการบริการวิชาการของหน่วย สาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก และ อาจารย์จากภาควิชาการพยาบาลกุมาร เวชศาสตร์	ภาวะโภชนาการของเด็กในสถานเลี้ยง เด็ก
๖	๒๕๔๕	น.ส. นพวรรณ องค์ไชย พยาบาลประจำ หน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก	บทบาทบิดามารดาในการส่งเสริม สุขภาพกับภาวะสุขภาพของเด็กทารก ในสถานรับเลี้ยงเด็กกลางวัน หน่วย สาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
๗	๒๕๔๖	คณะกรรมการบริการวิชาการของหน่วย สาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก และ อาจารย์จากภาควิชาการพยาบาลกุมาร เวชศาสตร์	รูปแบบการส่งเสริมสุขภาพเด็กในหน่วย สาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
๘	๒๕๔๖	คณะกรรมการบริการวิชาการของหน่วย สาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก และ อาจารย์จากภาควิชาการพยาบาลกุมาร เวชศาสตร์	การปฏิบัติการควบคุมการติดเชื้อของ บุคลากรในหน่วยสาธิตการสร้างเสริม สุขภาพเด็กเล็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
๙	๒๕๔๖	คณะกรรมการบริการวิชาการของหน่วย สาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก และ อาจารย์จากภาควิชาการพยาบาลกุมาร เวชศาสตร์	พัฒนาการของเด็กในหน่วยสาธิตการ สร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก คณะพยาบาล ศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
๑๐	๒๕๕๑	คณะกรรมการบริการวิชาการของหน่วย สาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก และ อาจารย์จากภาควิชาการพยาบาลกุมาร เวชศาสตร์ (เปลี่ยนจากภาควิชาเป็นกลุ่ม วิชาในปี ๒๕๕๑)	พัฒนารูปแบบการสร้างเสริมสุขภาพเด็ก โดยการมีส่วนร่วมของผู้ดูแลเด็กใน หน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็ก เล็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ระยะที่ ๑

ลำดับ	ปี พ.ศ.	ผู้ดำเนินการวิจัย	เรื่อง
๑๑	๒๕๕๒	คณะกรรมการบริการวิชาการของหน่วย สาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก และ อาจารย์จากกลุ่มวิชาการพยาบาลกุมาร เวชศาสตร์	พัฒนารูปแบบการสร้างเสริมสุขภาพ เด็กโดยการมีส่วนร่วมของผู้ดูแลเด็กใน หน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็ก เล็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ระยะที่ ๒
๑๒	๒๕๕๒	คณะกรรมการบริการวิชาการของหน่วย สาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก และ อาจารย์จากกลุ่มวิชาการพยาบาลกุมาร เวชศาสตร์ ร่วมกับอาจารย์คณะเทคนิค การแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่	ผลของโปรแกรมการอบรม เรื่อง การ นวดทารกต่อความรู้การนวดของผู้ดูแล เด็ก
๑๓	๒๕๕๒	นักศึกษาระดับปริญญาโท สาขาการ พยาบาลกุมารเวชศาสตร์ ภายใต้การ ควบคุมวิทยานิพนธ์ของอาจารย์ที่เป็น คณะกรรมการบริการวิชาการของหน่วย สาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก	ผลของโปรแกรมการส่งเสริมสมรรถนะ แห่งตนต่อการล้างมือของผู้ดูแลเด็กใน ศูนย์เลี้ยงเด็กกลางวัน
๑๔	๒๕๕๓	นักวิชาการโสตศึกษา คณะพยาบาล ศาสตร์ ร่วมกับคณะกรรมการบริการ วิชาการของหน่วยสาธิตการสร้างเสริม สุขภาพเด็กเล็ก และอาจารย์จากกลุ่ม วิชาการพยาบาลกุมารเวชศาสตร์	การพัฒนาหนังสืออิเล็กทรอนิกส์ มัลติมีเดีย เรื่อง การนวดทารก สำหรับ ผู้ดูแลเด็กในหน่วยสาธิตการสร้างเสริม สุขภาพเด็กเล็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
๑๕	๒๕๕๔	คณะกรรมการบริการวิชาการของหน่วย สาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก และ อาจารย์จากกลุ่มวิชาการพยาบาลกุมาร เวชศาสตร์	การถอดบทเรียนศูนย์เด็กเล็ก ใน สถาบันการศึกษาพยาบาล หน่วยสาธิต การสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
๑๖	๒๕๕๔	นางสมจิต เกียรติวัฒนเจริญ พยาบาล หัวหน้าประจำหน่วยสาธิตการสร้างเสริม สุขภาพเด็กเล็ก	การวิเคราะห์ พัฒนาการเด็กในหน่วย สาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ และกิจกรรม

		ส่งเสริมพัฒนาการในเด็กพัฒนาการล่าช้า
--	--	--------------------------------------

งานวิจัยที่อยู่ระหว่างการดำเนินการ ๒ เรื่อง คือ

ลำดับ	ปี พ.ศ.	ผู้ดำเนินการวิจัย	เรื่อง
๑	ปัจจุบัน	คณะกรรมการบริการวิชาการของหน่วย สาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก และ อาจารย์จากกลุ่มวิชาการพยาบาลกุมาร เวชศาสตร์	ผลการศึกษาสถานการณ์และข้อมูล พื้นฐานการป้องกันและควบคุมการ ติดเชื้อ ในหน่วยสาธิตการสร้างเสริม สุขภาพเด็กเล็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
๒	ปัจจุบัน	นางสมจิต เกียรติวัฒนเจริญ พยาบาล หัวหน้าประจำหน่วยสาธิตการสร้างเสริม สุขภาพเด็กเล็ก	โปรแกรมส่งเสริมพัฒนาการในเด็กที่ พัฒนาการไม่สมวัย ในหน่วยสาธิต การสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก คณะ พยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ทางหน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก ได้นำความรู้ที่ได้จากการศึกษาวิจัยมาส่งเสริมการดูแลเด็กวัยทารกและวัยหัดเดินอย่างมีคุณภาพ ในด้านการส่งเสริมการเจริญเติบโตและพัฒนาการเด็ก เช่น การนำผลการวิจัยเรื่องพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมสุขภาพเด็ก และ เรื่องพัฒนาการของเด็กในหน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ มาใช้เป็นแนวทางในการส่งเสริมการเจริญเติบโตและพัฒนาการของเด็กให้เหมาะสมตามวัย โดยมีแผนในการจัดกิจกรรมให้กับเด็กที่มีพัฒนาการล่าช้า โดย สมจิต เกียรติวัฒนเจริญ ได้ให้ข้อมูลนี้^{๘๑}

๑. แจ้งผู้ปกครองเป็นรายบุคคลให้ทราบในส่วนที่เด็กมีพัฒนาการล่าช้า และอธิบายถึงพัฒนาการเด็กที่ปกติตามวัย

๒. แจ้งครูพี่เลี้ยงให้ทราบถึงพัฒนาการเด็กที่ล่าช้า เพื่อที่จะจัดกิจกรรมกระตุ้นและส่งเสริมให้เด็กมีพัฒนาการที่ปกติเหมาะสมตามวัย

^{๘๑} สมจิต เกียรติวัฒนเจริญ, การวิเคราะห์ พัฒนาการเด็กในหน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ และกิจกรรมส่งเสริมพัฒนาการในเด็กพัฒนาการล่าช้า, (หน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๕๔), หน้า ๗๑.

๓. วิเคราะห์แผนในการจัดกิจกรรมกระตุ้นและส่งเสริมพัฒนาการเด็กที่ล่าช้าเป็นรายบุคคล ดังนี้

๓.๑ กำหนดวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม เพื่อให้สามารถสังเกตพฤติกรรมเด็กได้อย่างชัดเจน พร้อมระบุพฤติกรรมที่ต้องการ พัฒนาเงื่อนไขในการฝึกพฤติกรรม วิธีทดสอบและเกณฑ์ตัดสิน โดยแบ่งรายละเอียดของงานตามลำดับขั้นตอน เพื่อนำไปใช้สอนเด็กให้มีพฤติกรรมตามจุดประสงค์ที่ตั้งไว้ จำนวนขั้นตอนของงานที่จัดแบ่งนั้นขึ้นกับความสามารถทางพัฒนาการของเด็ก

๓.๒ วางแผนการสอนประกอบด้วย แผนระยะสั้น ซึ่งตั้งเป้าประสงค์ให้บรรลุภายใน ๒ สัปดาห์ และแผนระยะยาว ซึ่งตั้งเป้าประสงค์ให้บรรลุภายใน ๖ เดือน โดยแผนการสอนเป็นกิจกรรมส่งเสริมพัฒนาการตามวัยที่ผู้วิเคราะห์นำมาจากคู่มือส่งเสริมพัฒนาการเด็ก การทดสอบและฝึกทักษะ โรงพยาบาลราชานุกูล กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข และความรู้จากเอกสารทางวิชาการที่เกี่ยวข้อง

๓.๓ วางแผนร่วมกับผู้ปกครองเด็ก ในการจัดกิจกรรมกระตุ้นพัฒนาการให้เด็กที่บ้านและการบันทึกผลการจัดกิจกรรม

๓.๔ วางแผนร่วมกับพี่เลี้ยงเด็กในการจัดกิจกรรมกระตุ้นพัฒนาการเด็กและการบันทึกผลการจัดกิจกรรม

๓.๕ จัดกิจกรรมกระตุ้นพัฒนาการตามแผน โดยใช้คำสั่งที่ง่าย ชัดเจนและคงที่ ให้เวลาในการปฏิบัติตามพอสมควร (๓-๕ วินาที) ถ้าเด็กไม่ทำ ใช้คำสั่งซ้ำพร้อมกับให้การช่วยเหลือให้เด็กทำงานสำเร็จและลดการช่วยเหลือลงเมื่อเด็กเริ่มทำได้เอง โดยทั่วไปเมื่อใช้คำสั่งแล้ว ควรให้เวลาเด็กในการปฏิบัติ แต่ไม่ควรเกิน ๓-๕ วินาที หากเด็กยังไม่ทำให้ใช้คำสั่งซ้ำ และการให้การช่วยเหลือทันที เพื่อให้เกิดพฤติกรรมที่ต้องการ และในแต่ละวันที่สอนควรเป็นเวลาเดิมหรือใกล้เคียง

๓.๖ บันทึกข้อมูล การจัดกิจกรรมกระตุ้นพัฒนาการประจำวัน โดยบันทึกผลความสามารถในการทำกิจกรรมของเด็ก จำนวนครั้งที่เด็กสามารถทำได้ เพื่อเป็นข้อมูลในการจัดโปรแกรมการสอนต่อไป การบันทึกข้อมูลจากการทดสอบเด็ก จะดำเนินการในเวลาเดียวกันแต่ละวัน เพื่อความสม่ำเสมอ โดยผลการบันทึกข้อมูลนำมาวิเคราะห์ทุก ๒ สัปดาห์ เพื่อนำข้อมูลที่ได้มาพิจารณาเกณฑ์ หรือการบรรลุวัตถุประสงค์ระยะสั้นที่ตั้งไว้ และสามารถนำข้อมูลมาพิจารณาปรับแผนการสอนต่อไป

๓.๗ ทดสอบพัฒนาการหลังได้รับการกระตุ้นและส่งเสริมพัฒนาการทุกเดือนจนพบว่าเด็กมีพัฒนาการปกติสมวัย บันทึกข้อมูลความก้าวหน้าของพัฒนาการทั้ง ๕ ด้าน ซึ่งมีการติดตามทุก ๑ เดือน เพื่อจะได้ทราบถึงปัญหาล่วงหน้า เพื่อจะได้ส่งเสริมและกระตุ้นให้เด็กมีพัฒนาการที่เหมาะสมตามวัยทันที

๓.๒.๖ พัฒนาริชาการ และการวิจัยการดูแลเด็กทารกและวัยหัดเดิน

จากการที่หน่วยสาคิการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก ให้บริการดูแลเด็กทารกและเด็กวัยหัดเดิน ใช้ชุดการเรียนรู้ และแผนการจัดประสบการณ์ ตามหลักวิชาการที่พัฒนาจากกรมอนามัย และ โรงพยาบาลราชานุกูล กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ในเด็กที่มีพัฒนาการล่าช้าทางหน่วยสาคิการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก จะมีการพัฒนาแผนการกระตุ้นพัฒนาการเฉพาะบุคคลขึ้น โดยมีแผนรายวัน เสริมพัฒนาการของเด็กโตโดยใช้กิจกรรม เช่น กิจกรรมนันทนาการ กิจกรรมกลางแจ้ง ดนตรีและการเคลื่อนไหว ด้านสติปัญญา และด้านอารมณ์-สังคม ที่มีความหลากหลายในแต่ละวัน แผนรายเดือน เน้นตามพัฒนาการในห้องเด็กทารกและหัดคลาน โดยนำผลจากการประเมินพัฒนาการมาประยุกต์ใช้ในการวางแผนและปรับกิจกรรมเป็นไปตามปัญหาที่เกิดขึ้น จึงทำให้ทางคณะพยาบาลศาสตร์ มีนโยบายสนับสนุนในการให้บริการวิชาการโดยเป็นภารกิจหลักอีกด้านหนึ่งของหน่วยสาคิการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก มีแผนและกลยุทธ์ในการดำเนินงาน มีการประชุมอบรมเพื่อเพิ่มพูนความรู้ทางวิชาการแก่บุคคลทั่วไป ปีละ ๑-๒ ครั้ง และมีรูปแบบต่างๆ ในการให้บริการ เช่น ให้คำปรึกษาแก่ผู้ปกครองเด็กที่มารับบริการที่เกี่ยวกับการดูแลเด็กทารกและเด็กวัยหัดเดิน เป็นวิทยากรให้ความรู้ในเรื่องการดูแลเด็กที่ได้รับเชิญจากหน่วยงานต่างๆ และทางหน่วยสาคิการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก ได้เป็นผู้จัดการประชุมวิชาการ ปีละ ๑-๒ ครั้ง โดยได้เชิญวิทยากรที่มีความเชี่ยวชาญเกี่ยวกับการดูแลเด็ก และอาจารย์กลุ่มวิชาการพยาบาลกุมารเวชศาสตร์ พยาบาลประจำหน่วยสาคิการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก และพี่เลี้ยงที่มีความเชี่ยวชาญมาร่วมเป็นวิทยากร

การจัดกิจกรรมส่งเสริมพัฒนาการทั้ง ๖ กิจกรรมนี้ โดยบุคลากรและมารดาบิดาได้นำหลักพุทธธรรมมาใช้ควบคู่กับกิจกรรมที่ได้ดำเนินการตามปกติของหน่วยสาคิฯ เพื่อให้บุตรในการดูแลมีพัฒนาการที่ดี เหมาะสมตามวัย ทั้ง ๔ ด้าน คือ

- ด้านร่างกาย จากการที่บุตรได้รับอาหารที่ดี มีประโยชน์ สะอาด ปลอดภัย มีสารอาหารที่ครบถ้วนและได้รับในปริมาณที่เหมาะสมกับบุตรแต่ละวัย ตามคำศัพท์พจนานุกรมพุทธศาสนา พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต)^{๘๒} ที่ว่า โภชนะมัตตัญญูตา คือความเป็นผู้รู้จักประมาณในการบริโภคอาหาร รู้จักประมาณการกิน คือ กินเพื่อหล่อเลี้ยงร่างกายให้มีชีวิตเป็นอยู่อย่างมีความสุข คุณวาสนา อ่ำแก้ว^{๘๓} ได้ใช้หลักธรรมฆราวาสธรรม มาสนับสนุน เพื่อให้เด็กมีการเจริญเติบโตจึงทำให้บุตรมีสุขภาพที่สมบูรณ์แข็งแรง มีการเจริญเติบโตทำให้เกิดการเพิ่มขนาดและน้ำหนักของร่างกาย

^{๘๒} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๘, (กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๐), หน้า ๒๐๙.

^{๘๓} สัมภาษณ์ คุณวาสนา อ่ำแก้ว, นักโภชนาการ หน่วยสาคิการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙.

สามารถใช้กล้ามเนื้อใหญ่เคลื่อนไหวร่างกายได้คล่องแคล่ว เช่น คืบ คลาน นั่ง ยืน เดิน วิ่ง ปีนป่าย มีความสามารถใช้กล้ามเนื้อส่วนต่างๆของร่างกายในการทำกิจกรรมได้ดี เช่น เดินได้คล่องโดยไม่ต้องได้้อุ้มตลอด สามารถใช้มือถือช้อนในการตักอาหารรับประทานเองได้ ให้ความร่วมมือในการอาบน้ำ การแต่งตัว ตามความสามารถของบุตรแต่ละคน

- ด้านอารมณ์ พัฒนาการทางอารมณ์ของเด็กจะมีความมั่นคงหรือไม่เพียงใด จะขึ้นอยู่กับ การเลี้ยงดู เช่น บิดามารดาหรือผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการเลี้ยงดู อบรมสั่งสอนบุตรแสดงอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมให้บุตรเห็นบ่อยๆ และการที่ไปให้ความสำคัญกับคนอื่นมากเกินไปโดยเฉพาะบุตรที่กำลังจะมีน้องหรือน้องคลอดออกมายังตัวเล็กๆ จะทำให้บุตรเกิดอารมณ์อิจฉา บางครั้งจะเกิดความกลัวถ้าเจอบุคคลที่ไม่รู้จักหรือไปในสถานที่ที่ไม่คุ้นเคย กลัวความมืด กลัวเสียงดัง แต่ถ้าเกิดความสุข ดีใจในสิ่งที่พอใจจะแสดงออกโดยการยิ้มหรือหัวเราะ จากการได้สัมภาษณ์คุณกาญจนา จันทร์จร ว่า^{๔๔} ได้นำหลักพุทธธรรมพรหมวิหาร ๔ มาดูแลและส่งเสริมบุตรให้มีพัฒนาการทางด้านอารมณ์ โดยให้ความรัก ความเมตตา ให้บุตรได้รับความสุขทั้งทางกายและใจ อบรมสั่งสอนให้ได้รับความอบอุ่น จึงทำให้บุตรมีอารมณ์ดี ไม่อิจฉา **กรุณา** เลี้ยงดูบุตรไม่ให้เกิดความทุกข์ เช่น ทางกาย จะดูแลให้บุตรได้กินอิ่ม นอนหลับเพียงพอ ดูแลความสะอาดทางกาย **อุเบกขา** เลี้ยงดูบุตรโดยวางเฉยต่ออารมณ์ที่มากระทบ เช่น ไม่โกรธง่าย ไม่โมโหง่าย เป็นสิ่งที่บุตรจะได้ซึมซับในอารมณ์ที่ดี บุตรในวัยนี้จะแสดงออกถึงความรัก โดยการกอดในพจนานุกรมพุทธศาสน์พูดถึงอารมณ์ของ พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต)^{๔๕} ว่า เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวของจิต สิ่งที่ยึดเหนี่ยว สิ่งที่ถูกรู้หรือถูกรับรู้ คือ อายตนะภายนอก ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ และ ธรรมารมณ์ หรือเป็นความรู้สึก ความเป็นไปแห่งจิตใจในขณะหรือช่วงเวลาหนึ่ง เช่น วันนี้อารมณ์ดี อารมณ์เสีย อารมณ์เฉยๆ ซึ่งจากการได้จัดกิจกรรมต่างๆในหน่วยสาธิตฯ ที่ส่งเสริมให้บุตร ทำให้บุตรได้มีพัฒนาการที่ดีในด้านนี้คือ รู้จักการรอคอย มีอารมณ์ร่าเริง ยิ้มแย้มแจ่มใส มีความสามารถในการควบคุมอารมณ์ รู้จักการแสดงออกในด้านอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม

- ด้านสังคม บุตรจะมีปฏิสัมพันธ์กับคนใกล้ชิดก่อน โดยเฉพาะบิดามารดา ผู้ดูแล มีปฏิกิริยาตอบสนองต่อน้ำเสียง ต่อการแสดงออกกับคนแปลกหน้าไปในทิศทางที่ดี บุตรได้รับความรัก ความอบอุ่นอย่างเพียงพอและหลีกเลี่ยงอารมณ์ที่รุนแรงของผู้ใหญ่ จะทำให้บุตรแสดงพฤติกรรมที่ดีออกมาให้เห็นและให้ความร่วมมือ การยอมรับฟัง และมีความเป็นผู้นำ ซึ่งทางหน่วยสาธิตฯ ได้จัดกิจกรรมให้บุตรที่มาใช้บริการได้รับพัฒนาการด้านสังคม โดย คุณสมจิต เกียรติวัฒนเจริญ^{๔๖}

^{๔๔} สัมภาษณ์ คุณกาญจนา จันทร์จร, ผู้ปกครองบุตร หน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเด็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙.

^{๔๕} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต), **อ้างแล้ว**, หน้า ๔๑๑.

^{๔๖} สัมภาษณ์ คุณสมจิต เกียรติวัฒนเจริญ, หัวหน้าหน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเด็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙.

ประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรม **ฆราวาสธรรม** ข้อ **ทมะ** ทำให้เด็กควบคุมอารมณ์ ช่มใจ กรณีพบเหตุการณ์หรือสิ่งที่ไม่พึงประสงค์ ทำให้เด็กมีเพื่อนในการเรียน การเล่น และรวมกิจกรรมเป็นกลุ่มได้อย่างมีความสุข **ขันติ** เด็กรู้จักการรอคอย มีความอดทน **จาคะ** มีความเสียสละ สอนให้เด็กแบ่งปันขนม มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี รู้จักให้ มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ รู้จักการให้อภัย ปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมใหม่และเข้ากับบุคคลอื่นได้ดี มีมารยาททางสังคม รู้จักขอบคุณ ขอโทษ กราบไหว้ได้สวยงามโดยได้รับคำชมจากผู้ที่พบเห็นโดยเฉพาะจากคุณครูที่เด็กได้ไปศึกษาในระดับที่สูงขึ้น และสามารถช่วยเหลือตนเองได้ดีตามวัย

- ด้านสติปัญญา พันธธรรมกับสิ่งแวดล้อมจะมีอิทธิพลที่จะทำให้บุตรในวัยนี้เป็นวัยแห่งการเริ่มต้นพัฒนาการทางด้านสติปัญญา ดังที่ได้ศึกษาจากเว็บไซต์^{๘๗} ว่าการสร้างความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมรอบตัวแบบซ้ำ ๆ โดยไม่มีจุดมุ่งหมาย จนกลายมาเป็นการเรียนรู้เพื่อแก้ปัญหาให้กับตนเอง ซึ่งการแสดงออกทางพฤติกรรมจะเป็นแบบลองผิดลองถูก (Trial and Error) ต่อมาจึงได้เริ่มมีพัฒนาการทางด้านภาษา พัฒนาการที่เป็นรากฐานของบุตรนั้นจะดีเพียงใดขึ้นอยู่กับผู้เป็นบิดามารดา บุคคลใกล้ชิด และผู้ที่ทำหน้าที่ในการดูแล อบรมสั่งสอน และส่งเสริมพัฒนาการบุตรก็มีความสำคัญ ตั้งแต่การให้อาหารที่ดี มีคุณภาพ ปลอดภัย การสอนให้เด็กรู้จักในการอยู่ร่วมกันในสังคม สามารถรู้จักในการใช้และควบคุมอารมณ์ต่างๆ ตามสถานการณ์และตามความเป็นจริง **ปัญญา** ในพุทธศาสนาตามที่พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต)^{๘๘} ท่านได้กล่าวว่า เป็นความรู้ทั่ว รู้และแยกได้ในเหตุผล ดีชั่ว รู้สิ่งที่เป็นประโยชน์หรือไม่เป็นประโยชน์ รู้สิ่งต่างๆ ตามความเป็นจริง ในหน่วยสาธิตฯ ได้มีการจัดกิจกรรมเพื่อที่จะส่งเสริมและกระตุ้นพัฒนาการบุตร คุณเยี่ยมลักษณ์ เชื้อชุม^{๘๙} ใช้หลักพุทธธรรม **ฆราวาสธรรม ๔** ข้อ **ขันติ** ฝึกความอดทนในการดูแลเด็ก ในการสอน **มีสัจจะ** พูดความจริง เช่น เวลาจะต้องให้จริงๆ และให้เด็กสามารถควบคุมอารมณ์โดยแยกเด็กออกจากสถานการณ์ที่ไม่พึงประสงค์ ทำให้เด็กเกิดประโยชน์ มีสมาธิในการฟัง การเรียนรู้ มีเหตุผลในการใช้ชีวิตประจำวัน ทำให้บุตรสามารถเกิดสติปัญญา ในการแก้ปัญหา และโดยได้มีการจัดประสบการณ์และการเรียนรู้ทำให้บุตรรู้และเข้าใจเหตุผล มีปัญญาที่จะเรียนรู้สิ่งต่างๆ ที่หลากหลายได้อย่างมีประสิทธิภาพ ทำให้บุตรมีพัฒนาการที่ดี สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นและสิ่งแวดล้อมต่างๆ ได้ดีเหมาะสมตามวัย

จะเห็นว่าทางหน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก มีการพัฒนาวิชาการและได้นำหลักพุทธธรรมมาใช้ในการอบรมเลี้ยงดูบุตร และจัดกิจกรรมต่างๆ เพื่อให้บุตรมีการเจริญเติบโตและ

^{๘๗} พัฒนาการของมนุษย์, [ออนไลน์], แหล่งที่มา : <http://you-know.50webs.com/gp3.html> [๑๕ กันยายน ๒๕๕๙].

^{๘๘} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์**, หน้า ๑๖๔-๑๖๕.

^{๘๙} สัมภาษณ์ คุณเยี่ยมลักษณ์ เชื้อชุม, พี่เลี้ยง หน่วยสาธิตการสร้างเสริมสุขภาพเด็กเล็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๔ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙.

มีพัฒนาการที่ดี มีร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง มีอารมณ์ที่ร่าเริงแจ่มใส มีจิตใจที่ดีงาม มีเมตตา มีน้ำใจ รู้จักแบ่งปัน อยู่ในสังคมอย่างมีความสุข และมีสติปัญญาที่เฉลียวฉลาด สามารถแก้ปัญหาได้ตามวัย มีคุณธรรมจริยธรรมเป็นบุคคลที่มีคุณภาพ เป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศชาติต่อไป