เรื่องความซน ความแอคทีฟ แบตไม่ค่อยหมดง่ายๆ เหมือนเจ้า IPHONE โทรศัพท์สุดฮิตของ
พ.ศ.นี้   เรื่องความซน ความแอคทีฟ แบตไม่ค่อยหมดง่ายๆ เหมือนเจ้า IPHONE โทรศัพท์สุดฮิตของ พ.ศ.นี้ ถือเป็นเรื่องธรรมชาติสำหรับเด็กมากๆ ค่ะ อย่างที่เราเคยได้ยินอยู่บ่อยๆ กับคำพูดที่ว่า โ เด็กยิ่งซน ยิ่งฉลาดโ ส่วนจะจริงหรือไม่นั้น ก็คงต้องหาคำตอบร่วมกันค่ะ

ทำไม..เด็กวัยนี้ถึงซนมาก

หลังจากผ่านพ้นวัยแบเบาะ ได้แต่กินกับนอนทั้งวัน จนกระทั่งเริ่มคลานไปไหนมาไหนได้อย่างอิสระ แต่ก็ยังสำรวจโลกได้ไม่ถนัดถนี่เท่ากับการเดิน จึงไม่น่าแปลกใจว่าเด็กวัยนี้ถึงซนขนาดลิงยังเรียกว่าน้องค่ะ ทั้งพาตัวเองไปทั่วบ้าน ปีนป่ายโต๊ะเก้าอี้ รื้อสิ่งของต่างๆ ชนิดที่คุณพ่อคุณแม่ถึงกับเอ่ยปากว่า
โ น่าจะจับเข้าไปอยู่ในท้องอีกรอบ จะได้นิ่งๆ สักทีโ อิ อิ นั่นก็เพราะในความคิดของลูกนั้น เขาไม่ได้ซนสักหน่อย เพียงแค่อยากจะลองทำสิ่งต่างๆ ที่เคยเห็นคุณพ่อคุณแม่ หรือคนอื่นๆ ทำดูบ้างก็เท่านั้น

เรื่องความซุกซนถือเป็นธรรมชาติอยากเรียนรู้ และจินตนาการของเด็กๆ ค่ะ อย่าว่าแต่เจ้าตัวเล็กเลย คุณพ่อเองก็ชอบซุกซนกับคุณแม่อยู่บ่อยๆ (อิ อิ ติดเรต +18 นิดนึงค่ะ) ก็เพราะในขณะที่ลูกซน ก็เหมือนเขากำลังได้เรียนรู้อะไรเยอะแยะเต็มไปหมด แม้บางครั้งจะลงท้ายด้วยการเจ็บตัวหรือทำข้าวของเสียหายบ้าง ก็ไม่เป็นไรค่ะ ชิลๆ ขนหน้าแข้งไม่ร่วงหรอก คุณพ่อคุณแม่อาจจะเถียงว่า ปกติก็ไม่ค่อยมีให้ร่วงอยู่แล้ว อิ อิ
แต่ถ้าคุณพ่อคุณแม่ห้ามมากจนเกินไป ในบางเรื่องที่เด็กๆ ควรจะได้เรียนรู้ เช่น โ เงียบหน่อย อย่าเพิ่งถามโ , โ อย่าขีดอย่าเขียนโ , โ ห้ามทำสกปรกตรงนี้นะโ เป็นต้น ก็อาจทำให้ลูกน้อยสูญเสียความกระตือรือร้นและจินตนาการในการเรียนรู้ไปเลยก็ได้ค่ะ

ซนอย่างไร เรียกว่า ป่วย

บางครั้งลูกก็ซนมากจนทำให้ปวดตับบ่อยๆ จนเริ่มเกิดความสงสัยว่า จะพาไปปรึกษาคุณหมอดีมั้ยนะ อย่าเพิ่งค่ะ ให้ลองสังเกตพฤติกรรมการซนของลูกก่อนว่าพบอาการเหล่านี้หรือเปล่า

-ซนจนเกิดอุบัติเหตุบ่อยๆ เรียกว่า งานเข้าประจำจนผิดปกติ ก็คือเจ้าตัวเล็กซนจนไม่รู้จักระมัดระวังตัวเอง ชอบเล่นอะไรแผลงๆ เช่น ปีนป่ายที่สูงๆ แล้วกระโดดลงมา

-ซนจนขัดขวางพัฒนาการอื่นๆ ที่ควรจะเป็น เช่น ซนจนไม่ฟังอะไรเลยสักอย่าง หรือสอน ตักเตือนอะไรก็ไม่ฟัง

-ซนจนเป็นปัญหาเรื่องการเรียนและการเข้าสังคม เช่น ชอบเล่นแรงๆ จนเพื่อนๆ ไม่อยากเล่นด้วย

ซนมาก ไม่ใช่สมาธิสั้นก็ได้

หากลูกซนจนขนาดที่คุณพ่อคุณแม่รู้สึกว่า เริ่มไม่ไหวแล้ว ก็คงต้องพึ่งมือโปรในการแก้ปัญหาค่ะ แต่การพาไปหาคุณหมอนั้น ไม่ได้หมายความว่า ลูกจะเป็นสมาธิสั้นหรือโรคอะไรร้ายแรงหรอกนะคะ โดยส่วนใหญ่ก็พบสาเหตุการซนของเด็กมาจากสภาพแวดล้อมรอบตัวเด็ก หรือการเลี้ยงดูของพ่อแม่หรือบุคคลต่างๆ ที่ดูแลเด็ก เช่น

-อยู่ที่บ้านที่ไร้ระเบียบวินัย

-อยู่ในครอบครัวที่มีแต่ความยุ่งเหยิงตลอดเวลา

-อยู่ในบ้านที่มีความรุนแรง ทั้งการด่าทอ และการทะเลาะตบตี

           ลองสังเกตวิเคราะห์ดูค่ะ แล้วลองปรับพฤติกรรมสิ่งแวดล้อมให้เหมาะสม รวมทั้งคนที่อยู่รายล้อมรอบตัวลูก ถ้าตัวเด็กไม่ได้มีความผิดปกติอะไร เรื่องความซนที่ทำให้คุณพ่อคุณแม่ปวดเฮดก็จะลดน้อยลงไป ซึ่งก็ต้องใช้ระยะเวลาพอสมควรค่ะ

ฝึกวินัยเด็กซนโ ฆสร้างได้

อย่ากังวลค่ะ ว่าการฝึกวินัยจะไปจำกัดจินตนาการของลูกก ซึ่งการฝึกวินัยในที่นี้ ก็คือ โ การฝึกให้เด็กรู้จักควบคุมตัวเองโ ซึ่งวิธีการฝึกก็มีอยู่มากมาย แต่หัวใจสำคัญของการฝึกจริงๆ ก็อยู่ที่การให้แรงเสริมทางบวกค่ะ
-**คำชม**   เมื่อเวลาที่เด็กทำอะไรได้ดี แหม่..เรื่องง่ายๆ แค่นี้ใครก็รู้ใช่มั้ยคะ ซึ่งคำชมก็มีอยู่ 2 อย่าง ก็คือชมด้วยคำพูด และชมด้วยท่าทาง เช่น การชูนิ้วโป้งให้ ขยิบตาให้ หรือท่าทางน่ารักๆ ที่รู้กันเฉพาะครอบครัว แต่ไม่ว่าจะเป็นสัญญาณอะไรก็แล้วแต่ นั่นก็สื่อให้ลูกรู้ว่า
โ พ่อแม่ชอบในสิ่งที่หนูทำอยู่นะโ

-**การ์ดดาว**   เป็นวิธีสนุกที่เด็กๆ ชอบมากค่ะ อาจจะเหมาะสำหรับเด็กที่โตขึ้นมาสักหน่อย ซึ่งหัวใจสำคัญไม่ใช่อยู่ที่ตัวดาว อาจใช้สัญลักษณ์อย่างอื่นก็ได้ค่ะ แต่ควรจะให้ทันทีเมื่อเด็กทำความดี โดยการกำหนดรางวัลก็ควรให้ลูกมีส่วนร่วมด้วย ส่วนรางวัลก็แบ่งตามความยากง่ายให้สมเหตุสมผล เช่น ถ้าหนูไม่ปาข้าวของ ก็จะได้ดาวสองดวง หรือไม่ขึ้นไปปีนป่ายบนบันได ก็จะได้ดาวสามดวง ถ้าสะสมได้ห้าสิบดวง คุณแม่ก็จะพาหนูไปเที่ยวเขาดิน เป็นต้น แต่สิ่งที่สำคัญ ก็คือเรื่องระยะเวลา อย่าให้ยาวนานเกินไป เดี๋ยวเด็กจะเบื่อและท้อใจเสียก่อน

{xtypo_info}**ห้ามลูกซน ระวังโรคอ้วนมาเยือน**

ก็มีนักวิจัยจากมหาวิทยาลัยนอร์ทแคโรไลนา นำโดย ดร.เจสัน โบคาร์โร เตือนบรรดาพ่อแม่ทั้งหลายที่มักคอยห้ามปรามเวลาที่ลูกๆ วิ่งเล่นซุกซน เพราะกลัวว่าจะได้รับอันตราย ก็เป็นอีกเหตุผลหนึ่งทำให้เด็กๆ หันมาหาความสนุกสนานจากเกมคอมพิวเตอร์ และนั่งดูทีวีแทน ส่งผลให้โรคอ้วนมาเยือนได้ง่ายๆ ค่ะ ที่มาบางส่วน http://women.sanook.com และรู้คิดดอทคอม{/xtypo_info}

แสดงแบบ ด.ช.พิชาวีร์ จิรนนท์วงศ์ (น้องยูโร)