

ช่วงวัยนี้ลูกน้อยส่วนใหญ่จะเริ่มหัดเดินกันแล้ว อาจจะช้ากว่านั้นสัก 2-3 เดือน หรือเร็วกว่านั้นก็ได้ แต่จะเดินเร็วเดินช้า พัฒนาการของเขาก็ยังเป็นไปตามสเต็ป
ช่วงวัยนี้ลูกน้อยส่วนใหญ่จะเริ่มหัดเดินกันแล้ว อาจจะช้ากว่านั้นสัก 2-3 เดือน หรือเร็วกว่านั้นก็ได้ แต่จะเดินเร็วเดินช้า พัฒนาการของเขาก็ยังเป็นไปตามสเต็ป
นอกจากไม่ยอมเกาะยืนหรือเดินเลย ก็ต้องมาพบกุมารแพทย์เพื่อหาดูว่าเกิดจากสาเหตุใด

สเต็ปสู่การหัดเดิน

คุณแม่จะเริ่มสังเกตว่า ลูกน้อยจะมีพัฒนาการไปตามสเต็ปตามช่วงวัย เริ่มจากคว่ำตัว จากนั้นจะเริ่มชันคอได้เอง แต่ยังไม่มั่นคงสักเท่าไหร่ แล้วจะเริ่มใช้แขนดันตัวยกหน้าอกขึ้น ก่อนจะยันตัวถอยหลังหรือไปด้านข้าง แต่บางคนก็มีพัฒนาการไว รู้จักตวัดแขนไปข้างหน้าเหมือนว่ายน้ำ เพื่อจะคว้าของตรงหน้า



จากนั้นลูกน้อยจะเคลื่อนไหวโดยการขยับแขนและขาข้างตรงข้ามพร้อมๆ กัน หรือบางคนอาจคลานท่าทหาร โดยเริ่มทรงตัวด้วยมือและเข่า คลานด้วยสองมือและสองเข่า ปลายเท้าชี้ออกด้านนอก และค่อยๆ คลานคล่องขึ้น โดยปลายเท้าชี้เข้าด้านใน ทีนี้ก็จะเริ่มสู่ท่าเกาะยืนเพื่อหัดก้าวเดิน โดยเกาะสิ่งของหรือมือของคุณพ่อคุณแม่ช่วยพยุง จนขั้นตอนสุดท้ายเขาจะกล้าปล่อยมือเริ่มก้าวเดิน โดยใช้แขนทั้งสองข้างช่วยในการทรงตัว แต่ระยะแรกจะก้าวได้ไม่กี่ก้าวและพุ่งตัวเหมือนจะล้ม ต้องคอยตามประกบ เอามือประคองไว้สัก 3-5 วัน จนเริ่มทรงตัวได้ด้วยตัวเอง ทีนี้ละจากเดินจะเริ่มวิ่ง ต้องคอยวิ่งตามตลาด

กระตุ้นลูกหัดเดินไม่ยาก

ขณะที่ลูกน้อยกำลังเรียนรู้การเดินจากการคลานด้วยสองมือและสองเข่า เช่นเดียวกับเมื่อตอนลูกหัดคลานโดยใช้ท้องสัมผัสพื้นแบบจระเข้ ถือเป็นการเคลื่อนไหวแขนและขาด้านตรงข้ามพร้อมๆ กัน และฝึกการทำงานประสานกันของสมองทั้งสองซีก เรียกได้ว่า ยิ่งคลานมากเท่าใด แนวทางการเรียนรู้ก็ยิ่งมั่งคงขึ้นเท่านั้น ดังนั้น คุณพ่อคุณแม่ควรจะมีความสุขกับการเฝ้ามองและเอาใจช่วยเจ้าตัวเล็กอย่างค่อยเป็นค่อยไป

ปล่อยมือออกก้าวอย่างมั่นคง

เด็กในวัยที่กำลังพัฒนาหาวิธีทรงตัวสำหรับการเดินนั้น จะเรียนรู้เรื่องนี้โดยสัญชาตญาณ โดยการเหวี่ยงตัวหมุนไปจนรู้สึกเวียนหัว ซึ่งจะทำให้เค้าทรงตัวได้เก่งขึ้น ดังนั้น การช่วยหมุนตัวลูกก็เป็นอีกวิธีหนึ่งที่จะช่วยให้เค้าทรงตัวได้เก่งขึ้น คุณพ่อคุณแม่อาจช่วยด้วยวิธีง่ายๆ เพียงแค่อดลูกไว้แนบตัว แล้วเต้นรำไปตามจังหวะเพลงสุดโปรด อย่าลืมประคองศีรษะของลูกด้วยนะคะ ทีนี้ละ สมองส่วนการควบคุมการทรงตัวของลูกจะถูกกระตุ้น ยิ่งเด็กฝึกเดินและทรงตัวได้มากขึ้นเท่าไหร่ ความต้องการยึดเกาะสิ่งของเพื่อใช้พยุงตัวก็จะลดน้อยลง

แสดงแบบ : ด.ญ.ปวริศา ศรีจันทร์