



การสนใจสมองจะทำให้ลูกได้ทั้งสมองที่ดีและร่างกายที่ดี“การสนใจสมองจะทำให้ลูกได้ทั้งสมองที่ดีและร่างกายที่ดี”

โลกออนไลน์มีเว็บไซต์ใหม่แปลก ParentingForBrain.com ชื่อที่แปลว่า การเลี้ยงลูกเพื่อสมอง สมองในที่นี้คือ สมองของลูก
เจ้าของเว็บไซต์คือ Pamela Li คุณแม่ชาวแคนาดาเชื้อสายจีนที่ได้แนะนำพ่อแม่ให้สนใจสมองลูก เพราะที่ผ่านมามีคนสนใจเพียงร่างกาย
การสนใจสมองจะทำให้ลูกได้ทั้งสมองที่ดีและร่างกายที่ดี จนเติบโตเป็นคนมีสุขภาพดี มีความสุข มีความสำเร็จ และรู้จักปรับตัวให้เข้ากับทุกสถานการณ์
ใครมีคุณสมบัติครบถ้วนเช่นนี้ แน่نونต้องมือนาคตไกล ทั้งนี้การจะเลี้ยงลูกให้มีสมองดีไม่ยาก
เธอไดแนะนำวิธีไว้ 10 ข้อดังนี้



1. Modeling ทำตัวเป็นแบบอย่าง พ่อแม่ไม่ควรทำเพียงสอนลูก แต่ควรทำให้ลูกเห็นสิ่งที่สอน ด้วยการทำตัวเองให้เป็นตัวอย่าง
2. Loving แสดงความรักเมื่อมีโอกาส ทำเลย จูบกอดจับมือถือแขนลูก อย่าหวังจะเกินเลย
ทำเพื่อให้ลูกรับรู้ความแนบแน่นและความยั่งยืนของความรักที่พ่อแม่มีต่อลูก
3. Positive parenting เลี้ยงลูกในเชิงบวก อย่าเลี้ยงแบบดุคำเสียนตี แต่ควรเลี้ยงด้วยความรัก ความหวังดี และความเอาใจใส่
และไม่ควรถือการเลี้ยงลูกเป็นภาระ แต่เป็นหน้าที่
4. Being A Safe Haven ทำตัวให้ลูกรู้สึกเป็นที่พึ่ง ที่ลูกสามารถยึดเหนี่ยว คือไม่ว่าจะเผชิญอะไร พ่อแม่จะช่วยเสมอ
5. Communicating and Integrating สื่อสารกับลูกและควรรวมเรื่องที่ลูกเล่า เพื่อนำไปใช้ในการเลี้ยงดูสั่งสอน
6. Reflecting ย้อนดูวัยเด็กของตัวเอง ปัญหาเลี้ยงลูกเป็นปัญหาซ้ำซาก ดังนั้นถ้าเจอควรย้อนกลับไปดูตอนตัวเองเป็นเด็กและเคยเจอปัญหาเดียวกัน
หรือถ้าไม่เคย ให้ดูทำไมปัญหาถึงไม่เกิด
7. Your Own Well-Being เอาใจใส่ความเป็นอยู่ของตัวเอง รวมทั้งเอาใจใส่การมีชีวิตแต่งงานที่ดี เพราะความบกพร่องด้านใดด้านหนึ่งอาจกระทบการเลี้ยงลูก
8. No Spanking อย่าตีลูก เพราะการตีจะทำให้ลูกคิดหาวิธีไม่ให้อตัวเองถูกจับได้ นอกจากนี้ การวิจัยยังยืนยันว่า เด็กถูกตีบ่อยมักกลายเป็นเด็กเกร
เด็กก้าวร้าว และเด็กที่ชอบความรุนแรง
9. Keeping Perspective รักษาเป้าหมายการเลี้ยงลูก พ่อแม่ทุกคนมีเป้าหมายที่ดีในการเลี้ยงลูก อย่าลดทอนเป้าหมาย
จงพยายามทุกวิถีทางเพื่อให้เป้าหมายบรรลุ
10. Take A Shortcut รู้จักลดขั้นตอน พ่อแม่ไม่ควรเสียเวลาไปกับการค้นหาวิธีเลี้ยงลูก เพราะมีหลากหลายวิธี
ก่อนอื่นควรกำหนดความต้องการของลูกและของตัวเอง

← → ↻ | ป ล อ ก ภัย | <https://www.parentingforbrain.com>



Brain Development

Learning

Behavior

Parenting

Blog

About



BRAIN DEVELOPMENT



LEARNING



BEHAVIOR

จากนั้นเข้าไปดูวิธีที่เหมาะสมและตัวเองสามารถทำได้ ทั้งนี้วิธีเลี้ยงลูกทั้ง 10 ข้อที่แนะนำ จะช่วยให้ลูกมีสมองที่ดี เพราะระหว่างเลี้ยงสมองลูกจะได้รับแต่สิ่งดี ๆ จนถูกนำไปประมวลเป็นความทรงจำและความประพฤติที่ดี ที่ยังจะจดร่างกายให้ดีขึ้นด้วย หากมากวิธีเลี้ยงลูกที่ใหม่เช่นนี้

บรรยายภาพ

1. ยอดคุณแม่ Pamela Li
2. เว็บไซต์ ParentingForBrain.com