****

**ปัญหาพฤติกรรมและการแก้ไขพฤติกรรมเด็กวัย 1-3 ปี**

* [**ก้าวร้าว ดื้อ เอาแต่ใจ (Terrible two)**](http://www.rakluke.com/article/5/21/1757/%E0%B8%9B%E0%B8%B1%E0%B8%8D%E0%B8%AB%E0%B8%B2%E0%B8%9E%E0%B8%A4%E0%B8%95%E0%B8%B4%E0%B8%81%E0%B8%A3%E0%B8%A3%E0%B8%A1%E0%B9%81%E0%B8%A5%E0%B8%B0%E0%B8%81%E0%B8%B2%E0%B8%A3%E0%B9%81%E0%B8%81%E0%B9%89%E0%B9%84%E0%B8%82%E0%B8%9E%E0%B8%A4%E0%B8%95%E0%B8%B4%E0%B8%81%E0%B8%A3%E0%B8%A3%E0%B8%A1%E0%B9%80%E0%B8%94%E0%B9%87%E0%B8%81%E0%B8%A7%E0%B8%B1%E0%B8%A2-1-3-%E0%B8%9B%E0%B8%B5#kid_behavior)
* [**พูดคำหยาบ**](http://www.rakluke.com/article/5/21/1757/%E0%B8%9B%E0%B8%B1%E0%B8%8D%E0%B8%AB%E0%B8%B2%E0%B8%9E%E0%B8%A4%E0%B8%95%E0%B8%B4%E0%B8%81%E0%B8%A3%E0%B8%A3%E0%B8%A1%E0%B9%81%E0%B8%A5%E0%B8%B0%E0%B8%81%E0%B8%B2%E0%B8%A3%E0%B9%81%E0%B8%81%E0%B9%89%E0%B9%84%E0%B8%82%E0%B8%9E%E0%B8%A4%E0%B8%95%E0%B8%B4%E0%B8%81%E0%B8%A3%E0%B8%A3%E0%B8%A1%E0%B9%80%E0%B8%94%E0%B9%87%E0%B8%81%E0%B8%A7%E0%B8%B1%E0%B8%A2-1-3-%E0%B8%9B%E0%B8%B5#kid_behavior2)
* [**พฤติกรรมถดถอย**](http://www.rakluke.com/article/5/21/1757/%E0%B8%9B%E0%B8%B1%E0%B8%8D%E0%B8%AB%E0%B8%B2%E0%B8%9E%E0%B8%A4%E0%B8%95%E0%B8%B4%E0%B8%81%E0%B8%A3%E0%B8%A3%E0%B8%A1%E0%B9%81%E0%B8%A5%E0%B8%B0%E0%B8%81%E0%B8%B2%E0%B8%A3%E0%B9%81%E0%B8%81%E0%B9%89%E0%B9%84%E0%B8%82%E0%B8%9E%E0%B8%A4%E0%B8%95%E0%B8%B4%E0%B8%81%E0%B8%A3%E0%B8%A3%E0%B8%A1%E0%B9%80%E0%B8%94%E0%B9%87%E0%B8%81%E0%B8%A7%E0%B8%B1%E0%B8%A2-1-3-%E0%B8%9B%E0%B8%B5#kid_behavior3)
* [**เล่นอวัยวะเพศ**](http://www.rakluke.com/article/5/21/1757/%E0%B8%9B%E0%B8%B1%E0%B8%8D%E0%B8%AB%E0%B8%B2%E0%B8%9E%E0%B8%A4%E0%B8%95%E0%B8%B4%E0%B8%81%E0%B8%A3%E0%B8%A3%E0%B8%A1%E0%B9%81%E0%B8%A5%E0%B8%B0%E0%B8%81%E0%B8%B2%E0%B8%A3%E0%B9%81%E0%B8%81%E0%B9%89%E0%B9%84%E0%B8%82%E0%B8%9E%E0%B8%A4%E0%B8%95%E0%B8%B4%E0%B8%81%E0%B8%A3%E0%B8%A3%E0%B8%A1%E0%B9%80%E0%B8%94%E0%B9%87%E0%B8%81%E0%B8%A7%E0%B8%B1%E0%B8%A2-1-3-%E0%B8%9B%E0%B8%B5#kid_behavior4)

****

**ก้าวร้าว ดื้อ เอาแต่ใจ (Terrible two)**

เมื่อเด็กอายุ 1 ขวบถึง 2 ขวบครึ่ง จะเริ่มเป็นตัวของตัวเองมากขึ้น หากไม่เคยผ่านการสอนให้เรียนรู้มาบ้าง ก็จะแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวไม่ยอม ลงไปนอนดิ้นกับพื้น โดยเฉพาะช่วงวัย 2 ขวบอยากเป็นตัวของตัวเอง และจะดื้อเพราะอยากจะเป็นคนตัดสิน แถมยังออกฤทธิ์ ดิ้น เตะ ต่อย กระชากเอาของต่างๆ ช่วงนี้เป็นช่วงสำคัญอีกช่วงหนึ่งที่พ่อแม่จะต้องสอนลูกถึงการแก้ปัญหาอย่างเหมาะสม

ความก้าวร้าวอาจเกิดจากความเครียดและการซึมซับความรุนแรงจากสิ่งแวดล้อมรอบๆ ตัว ซึ่งเด็กจะมีปฏิกิริยาตอบกลับเช่นเดียวกัน และถ้าได้ประโยชน์จากการก้าวร้าวแล้ว ก็จะทำต่อไปเรื่อยๆ อย่างต่อเนื่อง โดยเด็กเล็กจะแสดงความก้าวร้าวออกมาตรงๆ รู้สึกอย่างไรก็แปรออกมาเป็นพฤติกรรมอย่างนั้นเลย

การป้องกันลูกน้อยก้าวร้าว

* + - * พยายามไม่ให้เด็กๆมีความตึงเครียดเกินจำเป็น ไม่ทะเลาะกันให้ลูกเห็นหรือได้ยิน ไม่ก้าวร้าวใส่กัน
      * พ่อแม่ต้องเป็นแบบฉบับที่ดี ให้เจ้าหนูได้เห็นตัวอย่างว่าพ่อแม่ของเขาแก้ปัญหาต่างๆ ด้วยสันติวิธี
      * เมื่อเด็กเล็กๆทำตัวก้าวร้าว ต้องเพิกเฉยพฤติกรรมนั้น ถ้าพฤติกรรมนั้นไม่ได้รุนแรงมาก
      * หากลูกเริ่มทำร้ายหรือทุบตีใครเข้า เราต้องจับและกอดไว้ให้แน่น
      * ไม่ลงโทษด้วยความก้าวร้าวกลับหาลูก แล้วบอกว่าเป็นเรื่องธรรมดาที่ต้องตี
      * หลีกเลี่ยงโทรทัศน์เพราะเด็กยังไม่เข้าใจเหตุผล แต่จะเลียนแบบและซึมซับความก้าวร้าวจากภาพที่เห็น และคิดว่าความรุนแรงเป็นเรื่องปกติ
      * หากลูกกำลังอาละวาดออกฤทธิ์ ให้หันเหความสนใจไปหาสิ่งอื่นดู เช่น ชวนเล่นของเล่น ลองเปิดเพลงดูทีวี
      * พาลูกแยกออกมาจากบริเวณ หรือคู่กรณีที่เกิดเรื่อง เช่น พากลับบ้าน พาไปเล่นน้ำ ฯลฯ
      * ให้ฟังว่าสิ่งที่ลูกทำไม่เหมาะ ไม่ดีเพราะอะไรด้วยภาษาง่ายๆ น้ำเสียงเรียบๆ ไม่ดุแต่จริงจัง

ถ้าลูกจะเล่นของที่ยอมให้เล่นไม่ได้เราควรขอเขาดีๆ หรือเอาของเล่นอื่นไปแลกกับเขา ชวนลูกมาเล่น เวลาขัดใจก็ไม่ควรไปแย่งของจากมือเด็ก เช่น สมมติว่าเรากลัวว่าลูกจะทำแก้วน้ำแตก ถ้าเราตีมือเขาแล้วบอกปล่อยเดี๋ยวนี้นะ เด็กก็จะเรียนรู้ว่า ถ้าไม่อยากให้อีกคนทำอะไรวิธีการคือต้องตีนั่นเอง แต่ถ้าในครอบครัวไม่เข้าใจพัฒนาการของเด็กวัยนี้ เราจะเจอตามห้างสรรพสินค้าที่เด็กลงไปนอนดิ้น แล้วพ่อแม่ก็ตามมาตีเขา เพราะเด็กควบคุมไม่ได้ และไม่ได้เรียนรู้ที่จะรู้จักควบคุมความต้องการของตัวเอง ฉะนั้นพ่อแม่ต้องทำตัวเป็นตัวอย่าง ค่อยๆ สอนลูกค่อยๆ ให้เขาได้ซึมซับ เมื่อถึงวัย 2 ขวบลูกก็จะไม่มีปัญหามากเท่าที่ควร

**พูดคำหยาบ**

เมื่อเด็กจดจำคำหยาบติดปากโดยไม่รู้ความหมาย เด็กจะพูดบ่อยจนติดเป็นนิสัย ซึ่งคุณพ่อคุณแม่จะต้องพัฒนาตามความเหมาะสม และอย่าตกใจกับคำหยาบ ให้ค่อยๆ ปรับพฤติกรรมลูกดีกว่า

* + - * อย่าตกใจและให้ความสำคัญกับคำหยาบ อาจจะห้ามเล็กน้อย สอนให้เข้าใจว่าคำๆ นี้เป็น[คำหยาบ](http://rakluke.com/knowledge/preschool/channel.aspx) เราจะไม่พูดกัน
      * สังเกตคำพูดเพื่อวางแผนการสอน เก็บเป็นข้อมูลไว้ก่อนว่าความหยาบขนาดไหน หรือเป็นสำนวน เฉพาะวัยนี้ เช่น “เดี๋ยวตื๊บ” แหล่งที่มาคำนี้ได้มาอย่างไร ในเด็กเล็กจะยังไม่รู้คำไหนหยาบไม่หยาบ ต้องชี้เป็นคำๆ ไป เมื่อเด็กโตแล้วจะแยกแยะได้เอง
      * ผู้ใหญ่ต้องเป็นตัวอย่างที่ดี ใช้คำพูดที่ไพเราะ หลีกเลี่ยงสภาพแวดล้อมที่มีคำหยาบคายหรือไม่สุภาพ ผู้ใหญ่มักคิดว่าเด็กไม่สนใจคำพูดที่ผู้ใหญ่พูด แต่เด็กอยู่ในวัยเลียนแบบ ก็อาจจำและนำไปใช้
      * ผู้ใหญ่ควรยกย่อง มเชยเมื่อเด็กพูดสุภาพไพเราะ หรือเมื่อบุคคลอื่นที่ใช้คำพูดที่สุภาพก็ควรบอกเด็กว่าเป็นสิ่งที่ดี และเด็กควรเอาเป็นแบบอย่าง
      * ให้เวลาในการแก้ไขพฤติกรรมของเด็ก ผู้ใหญ่ไม่ควรใจร้อนโมโหหรือลงโทษเด็ก การลงโทษนั้นเป็นการแก้ไขชั่วคราว เด็กจะเกิดความกลัวและไม่ใช้คำหยาบหรือคำไม่สุภาพกับคนที่ลงโทษ แต่อาจยังใช้คำไม่สุภาพกับคนอื่นที่ไม่ลงโทษ
      * ใช้เทคนิคอื่นในการช่วยปรับพฤติกรรม เช่น การร้องเพลง ท่องคำกลอน สอนเด็ก เพื่อให้ปฏิบัติตาม เช่น เพลงขอบคุณ ขอบใจ เพลงสวัสดี ฯลฯ ใช้วิธีเล่านิทานคุณธรรม ใช้คำพูดให้เด็กรู้สึกประทับใจตัวละครที่เรียบร้อย พูดไพเราะ

เด็กในวัยนี้เป็นวัยที่ชอบการเลียนแบบ อาจจะยังไม่สามารถแยกแยะได้ว่าสิ่งใดที่ควรทำตาม หรือไม่ควรทำตาม ผู้ใหญ่จึงมีบทบาทสำคัญในการเป็นแบบอย่างที่ดีและการสอนชี้แนะแก่เด็ก เพื่อให้เด็กได้เรียนรู้แต่สิ่งที่ดี และเติบโตเป็นเด็กที่มีคุณภาพต่อไป

******พฤติกรรมถดถอย**

แม้วัยนี้จะสามารถเข้าอกเข้าใจเรื่องราวต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตเป็นอย่างดี แต่บางครั้งลูกอาจจะเกิดภาวะคับข้องในใจหรือความเครียดที่แสดงออกมาโดยที่คุณพ่อคุณแม่ไม่รู้ อย่างเช่น การถูกดุ โดนลำเอียงจากญาติผู้ใหญ่ เป็นต้น ทำให้เกิดพฤติกรรมถดถอยกลับมาดูดนิ้วหรือมีความถดถอยทางพัฒนาการอีกครั้ง

ต้นเหตุของพฤติกรรมถดถ้อย

* + - 1. เกิดความคับข้องใจ หรือติดอยู่ในหัวใจ หากลูกระบายออกมาไม่เป็นอาจทำให้เก็บกดแบบสะสม และนำไปสู่พฤติกรรมก้าวร้าวหรือถดถอยในที่สุด
      2. ขาดความมั่นใจในตัวเอง เมื่อเจอน้องคนใหม่
      3. ไม่เห็นคุณค่าตนเอง อย่างเช่น ลูกคนโตที่เชื่อว่าน้องดีและเก่งกว่าตัวเองเสมอ ยิ่งถ้าพ่อแม่สอนให้ยอมน้องทุกเรื่อง ลูกจะกลายเป็นคนขี้ใจน้อยและมักจะทำในสิ่งที่เรียกว่าไม่รักตัวเองได้ง่าย เช่น ยอมติดยาเพราะเพื่อนทำให้เขารู้สึกมีคุณค่า
      4. เรียกร้องความสนใจ ในกรณีนี้น้องหนูจะไม่แสดงออกโดยการโวยวาย อาละวาด หรือก้าวร้าว ตรงกันข้ามจะใช้ความอ่อนแอขอความเห็นใจแทน เช่น ดูท่าทางเป็นเด็กไม่แข็งแรง ป่วยง่าย มีอาการปวดหัวบ่อยๆ
      5. การเปรียบเทียบระหว่างพี่น้อง โดยไม่คิดว่าเป็นเรื่องใหญ่ แต่ไปสะกิดใจน้องหนู เช่น พัฒนาการการเรียนรู้ หน้าตา หรือความเชื่อที่ว่าลูกคนไหนนำโชคมากกว่ากัน

ป้องกันพฤติกรรมถดถอย

* + - 1. ลดความลำเอียงและความเหลื่อมล้ำ เพราะลูกรับรู้ได้ว่าใครเป็นลูกคนโปรด
      2. หาโอกาสให้ได้อยู่พร้อมหน้ากัน แทนที่จะต่างคนต่างแยกกิจกรรมกันทำ เพื่อให้ลูกคนโตได้แสดงบทฮีโร่ดูแลน้องบ้าง
      3. เพิ่มความมั่นคงทางอารมณ์ให้ลูก ด้วยท่าทางสัญลักษณ์ที่ทำให้รู้ว่าคุณยังรักอยู่ เช่น โอบกอด หอมแก้มก่อนนอน หรืออื่นๆ ที่คุณเคยทำเป็นประจำ
      4. ให้คำชมเชยเมื่อลูกทำอะไรได้เอง เพื่อป้องกันพฤติกรรมถดถอย
      5. อย่าพูดเล่าความผิด หรือเรื่องหน้าแตกของลูกต่อหน้าคนอื่นบ่อยๆ และเห็นเป็นเรื่องตลกประจำวง
      6. อย่าสอนลูกให้ยอมน้องด้วยเหตุผลเพราะเขาเป็นน้อง แต่ควรมีคำพูดอื่นด้วยเช่น " น้องยังทำเองไม่เป็น ถ้าลูกช่วยน้อง อีกหน่อยน้องต้องทำเองเป็น " และคุณควรแสดงบทตุลาการบ้าง เมื่อน้องเป็นคนทำผิดเสียเอง

**เล่นอวัยวะเพศ**

การที่เด็กเล็กชอบจับอวัยวะเพศเล่นนั้นเขายังไม่ได้มีความรู้สึกทางเพศ แต่เป็นความรู้สึกทั่วๆ ไปที่เขาเพลิดเพลินเหมือนเขาดูดนิ้ว ไชสะดือ คือความรู้สึกที่เมื่อทำแล้วรู้สึกสบายเมื่อทำบ่อยเข้าก็จะติด ฉะนั้นเราจึงเพิกเฉยหรือทำไม่รู้ไม่ชี้ไม่ได้เพราะนั่นคือการแสดงว่าเราเห็นชอบด้วย และเด็กก็จะทำบ่อยขึ้นมากขึ้น ยิ่งทำก็ยิ่งติดจนกลายเป็นนิสัยทำให้เลิกยาก และ เมื่อจะให้เลิกก็จะเกิดปฏิกริยาต่อต้าน

ดังนั้นต้องจัดการโดยจะไม่ไปดุว่าลงโทษ ทำให้อาย ตำหนิติเตียน คอยห้ามอยู่เสมอๆ คุณแม่ไม่ควรพูดว่ากล่าวให้ลูกตกอกตกใจ หรือทำให้ลูกรู้สึกว่าเป็นความผิดร้ายแรง เพราะเด็กเองก็ไม่รู้ว่าที่กระตุ้นอยู่นั้นเป็นความรู้สึกทางเพศ นอกจากไม่ได้ผลแล้วยังทำให้ติดมากขึ้นไปอีก วิธีที่ถูกต้องเหมาะสมคือ เบี่ยงเบนความสนใจ และไม่ให้โอกาสทำเลย เช่น จะเล่นจับอวัยวะเพศขณะดูดนมหรือน้ำ ก็ให้เขาถือของเล่นสอนจับขวดนม ขวดน้ำ ดูแลเขาขณะนั้น คุยเล่นกับเขาก็ได้ ให้เขากอดหมอน จับผ้าห่มตุ๊กตา ฯลฯ เบี่ยงเบนความสนใจไปให้เพลิดเพลินอย่างอื่นโดยไม่ต้องไปกล่าวถึง พอเด็กโตขึ้นรู้จักทำกิจกรรมร่วมกับคนอื่นมากขึ้น การกระทำดังกล่าวก็จะค่อยๆ ลดลงเอง