

ปวดหัวกับลูก ทำอย่างไรดี

คุณแม่ที่รักคะ

คุณกำลังปวดหัวและเหน็ดเหนื่อย กับลูกน้อยจอมซนของคุณหรือเปล่าคะ?

คุณเพิ่งกลับบ้านไปเสร็จประเดี๋ยวนี้ อยากจะนั่งพักผ่อนสักครู่ โพล! เสียงอะไร

ตกลงพื้นดังโถงช่าง คุณหายใจตายจริง! เพิ่งนึกขึ้นมาได้ว่ายังไม่ได้เก็บจานที่ล้างแล้วเข้าตู้

ประตูครัวเปิดอยู่หรือเปล่า? คุณรีบวิ่งเข้าไปในครัวนั่นแน่? ไซ้ แล้วทีเดียว ลูกชายสุดที่รัก

ยืนอยู่ข้างๆของจานที่แตกอยู่เกลื่อนกลาดไปหมด พอเห็นคุณก็ยิ้มย่องไปทั่วใบหน้า

ขึ้นิ้วไปที่กองจานอย่างภูมิใจ อย่าเพิ่งอ่อนใจนะคะ

ถ้าคุณไม่เคยปวดหัวเพราะความซนของลูก เขาคงไม่สุขสมบุญฤทธิ์เท่าไรนัก คุณอย่าแสดง

อารมณ์โกรธกับเขาบ่อยนัก แต่พยายามหาทางเลี้ยงลูก ให้เขาและครอบครัวคุณมีความสุข

ที่สุดดีก็ว่าเป็นต้นว่า

ป้องกันลูกจากภัยอันตรายภายนอก

อุบัติเหตุเกิดขึ้นได้ง่าย สิ่งที่คุณควรระวังสำหรับเด็กเล็ก

- เก้าอี้ที่เด็กนั่งอย่าให้สูงจนเกินไป
- บันได ควรมีอะไรกันทางขึ้นและลงบันไดเพื่อป้องกันเด็กตกลงมา
- อย่าเปิดหน้าต่างทิ้งเอาไว้ เพราะเด็กชอบปีนป่าย
- ห้องครัวที่อันตราย เพราะลูกอาจถูกของร้อนลวกได้ ควรปิดไม่ให้เด็กเข้าไปเล่นได้
- เก็บของมีคมไว้ในที่มิดชิด
- อย่าทิ้งสารพิษไว้ในที่ที่เด็กเข้าถึง ในที่นี้รวมถึง น้ำยาล้างจาน แชมพู สบู่ และยาต่างๆด้วย เพราะเด็กชอบลองทุกอย่างที่ยังไม่รู้จัก
- อย่าวางของร้อน เช่น ชา กาแฟ บนขอบโต๊ะเด็กชอบดึงผ้าบุโต๊ะลงมาข้างล่าง อาจถูกของร้อนลวกได้
- สิ่งของเล็กๆ เช่น กระจุดม ลูกอม หรือยาเม็ดต่างๆควรเก็บไว้ในที่ที่ เด็กหยิบไม่ถึง
- สิ่งอันตราย เช่น ปลั๊กไฟ ควรหาซื้อปลั๊กป้องกันภัยสำหรับเด็กมาติดไว้ เพื่อไม่ให้เด็กเอานิ้วมือเข้าจิ้มเข้าไปได้
- อย่าให้ลูกเล่นไม้ขีดไฟ เด็กชอบเล่นกับไฟเก็บไม้ขีดไว้ในที่มิดชิด

บัญชีนี้คุณอาจต่อเติมได้ตามความจำเป็น

จัดบ้านให้เหมาะสมกับลูก

เด็กกำลังสนใจชอบสำรวจไปทั่วทุกหนแห่ง แม่บางคนเพิ่งมีลูกคนแรกกลัวไปหมด
นึกว่าลูกผิดปกติ เพราะอยู่ไม่สุขเลย ซนทั้งวัน
แต่ที่จริงแล้วเป็นธรรมชาติของเด็กเล็กที่จะต้องค้นคว้าทดลองทุกสิ่งทุกอย่าง
ฉะนั้นทางที่ดีคุณควรจัดบ้านให้เหมาะสม คือไม่ให้โล่งเตียนจนเกินไป
แต่ก็อย่าให้เหมือนพิพิธภัณฑ์ คือมีแต่ของมีค่าเต็มไปหมดสิ่งที่แตกง่าย เช่น เครื่องแก้ว
เครื่องลายคราม คุณควรเก็บไว้ในที่ที่ลูกหยิบไม่ถึง
คุณจะได้ไม่ต้องวิ่งไล่จับตาม หรือห้ามเขาบ่อยนัก
และควรจัดหาของเล่นให้ลูกอย่างเพียงพอเขาจะได้ไม่ไปรื้อของ

สอนดีกว่าห้าม

สิ่งใดที่ต้องห้าม หรือเป็นอันตรายต่อเด็ก
คุณควรพยายามสอนลูกไม่ให้แตะต้องสิ่งนั้นโดยอย่าห้ามหรือขู่แต่อย่างเดียว
เพราะถ้าทำเช่นนั้นเด็กก็จะยิ่งทำมากขึ้นตามทำนอง“ยิ่งห้ามเหมือนยิ่งยุ”
ถ้าคุณใช้อารมณ์กับเด็กบ่อยครั้งเด็กมักจะไม่ฟังเสียงคุณ พอคุณแผลงก็จะทำอีก
กลายเป็นเด็กดื้อว่าอยาก แต่ถ้าคุณพยายามพูดอธิบายด้วยถ้อยคำอ่อนโยนเต็มไปด้วยความรัก
ไม่ดุคำ หรือเยาะเย้ย เด็กจะค่อยๆเข้าใจและไม่ทำอีก
สร้างระเบียบวินัยในตัวเด็ก แต่คุณเองก็ต้องระวังไม่ให้ความรักของคุณเกินขอบเขตถึงขั้นหลง
ไม่ยอมเห็นความผิดของลูกหรือตามใจลูกมากเกินไป
เพราะเด็กที่ขาดระเบียบวินัยมักมีปัญหากับผู้อื่นภายหลัง
ในขณะที่เดียวกันคุณก็ต้องระวังอย่าทำโทษลูกด้วยอารมณ์โกรธ หรือความรุนแรง
เด็กที่ถูกเขี่ยตีบ่อยๆ มักเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีจิตใจแข็งกระด้างโหดร้าย
เพราะขาดความรักที่จำเป็นต่อการพัฒนาทางจิตใจของเขา
เขาจึงไม่สามารถให้ความรักแก่ผู้อื่นได้ให้เวลากับลูก
เด็กเล็กจะสนใจทุกสิ่งทุกอย่างที่พบเห็นไม่ว่าจะอยู่ที่ไหนหรือทำอะไร
ถ้าคุณพาเขาออกไปเดินเล่นเขาก็จะหยุดดูโน่นดูนี่ แม้แต่ตัวมดเล็กๆ ช้างทาง
บางทีก็เล่นเพลินบนกองทรายจนไม่ยอมกลับบ้าน

บางที่คุณอาจเบื่อหรือหนักถึงงานที่ยังทั้งค้างอยู่ที่บ้าน

บางที่คุณไม่ทราบว่า จะแบ่งเวลาอย่างไรดีถึงจะมีเวลาพอสำหรับทุกอย่าง ซึ่งไม่ใช่เรื่องง่ายเลย

คุณอย่าเพิ่งท้อใจนะคะ สิ่งที่สำคัญที่สุดคือคุณควรมีเวลาให้ลูก

แม้ว่าบางครั้งบ้านช่องจะไม่เรียบร้อยเท่าที่ควร หรือคุณไม่มีเวลาไปสังสรรค์กับเพื่อนฝูงมากก็ตาม

แต่คุณมีลูกที่รักและมีความสุข

พูดกับลูก

ภาษาคือสื่อดวงใจแม่บางคนเข้าใจผิดคิดว่าเด็กเล็กยังพูดไม่ได้ไม่เข้าใจอะไร

แม่จะพูดอย่างไรก็ได้นี่เป็นความเข้าใจที่ผิด เพราะเด็กรับรู้ทุกสิ่งทุกอย่างคำพูดของแม่ที่

นิมนวลเต็มไปด้วยความรักจะวางรากฐานความประพฤติของลูกในวันข้างหน้าด้วย

ถ้าแม่อารมณ์เสียกับลูกบ่อยๆ จะทำให้ เด็กเกิดความกังวลบางครั้งมีปมด้อยคิดว่าแม่ไม่รัก

อาจทำให้เกิดปัญหาความสัมพันธ์ระหว่างแม่กับลูก เด็กอาจมีความรู้สึกดิ่งตัน

กลายเป็นเด็กดื้อไป ปัญหาของแม่คนไทยในประเทศเยอรมัน อีกอย่างหนึ่งคือบางคนพูดกับลูก

เพียงครึ่งภาษาเท่านั้น ด้วยเหตุผลต่างๆ

กันคุณแม่บางคนพูดภาษาเยอรมันกับลูกทั้งที่ตนเองก็ยังพูดภาษาเยอรมันได้น้อยมาก

บ่อยครั้งภาษาที่พูดกับลูกจึงเป็นภาษา “ เด็ก ” อยู่ตลอดเวลา

บางทีก็คิดว่าไม่เป็นไรพูดกับเด็กผิดๆ ถูกๆ ก็ได้ แต่สิ่งนี้อาจจะกลายเป็นปัญหาได้ในภายหลัง

เมื่อลูกโตขึ้นเข้าโรงเรียน เรียนภาษาเยอรมัน (ซึ่งเป็นภาษาพ่อของเขา)

ได้รวดเร็วกว่าแม่มา บางครั้งเด็กลูกครึ่งเหล่านี้จะหงุดหงิดที่พูดกับแม่ไม่ค่อยรู้เรื่อง

ก็เลยคิดว่าแม่ตามไม่ทัน แม่ไม่เข้าใจภาษาของเขา ส่วนแม่อยากจะตักเตือน

อบรมสั่งสอนลูกก็พูดไม่ค่อยถูก ทำให้มีความกดดันเพราะอัดอั้นตันใจเหมือนถูกปิดปาก

สิ่งเหล่านี้อาจทำให้เกิดปัญหาความสัมพันธ์ระหว่างแม่ลูกไม่แน่นแฟ้น อบอุ่นเท่าที่ควร

เพราะภาษาคือสื่อดวงใจ คุณแม่ไทยที่มีลูกเยอรมันที่ไม่อยากประสบปัญหานี้ พยายามพูด

ภาษาไทยกับลูกจะดีกว่าถ้าสามีคุณไม่ยินยอมเห็นด้วย พยายามอธิบายถึงปัญหา

ที่อาจจะเกิดขึ้นให้เขาเข้าใจ อีกอย่างหนึ่งถ้าลูกคุณพูดภาษาของพ่อแม่ได้ทั้งสองภาษา

ก็จะเป็นผลดีแก่ตัวเขาในอนาคต คุณก็จะสบายเวลาลูกไปเยี่ยมญาติพี่น้องที่เมืองไทย

บทความนี้ได้ข้อมูลบางตอนจากหนังสือ “ คู่มือเลี้ยงลูก ” ของ ศ.พญ. ชนิตา ตู้จินดา