

การพัฒนาโปรแกรมการนวดทารกเพื่อส่งเสริมพัฒนาการและการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก  
ในสถานสงเคราะห์เด็ก



นางสาวศิริภรณ์ ยามดี

สถาบันวิทยบริการ

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาการศึกษาระดับปริญญาตรี ภาควิชาประถมศึกษา

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2544

ISBN 974-17-0802-5

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

A DEVELOPMENT OF INFANT MASSAGE PROGRAM FOR ENHANCING  
INFANTS' TEMPERAMENT AND INTERACTION IN CHILD WELFARE HOME

Miss Siraporn Yamdee

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements  
for the Degree of Master of Education in Early Childhood Education

Department of Elementary Education

Faculty of Education

Chulalongkorn University

Academic Year 2001

ISBN 974-17-0802-5



ศรภรณรึ ยามดึ : การพัฒนาโปรแกรมการนวดทารกเพื่อส่งเสริมพื้นอารมณ์  
และการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก ในสถานสงเคราะห์เด็ก (A DEVELOPMENT  
OF INFANT MASSAGE PROGRAM FOR ENHANCING INFANTS'  
TEMPERAMENT AND INTERACTION IN CHILD WELFARE HOME)

อาจารย์ที่ปรึกษา : รศ. ดร. อุดมลักษณะณ์ กุลพิจิตร, 220 หน้า. ISBN 974-17-0802-5

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาโปรแกรมการนวดทารกเพื่อส่งเสริมพื้นอารมณ์  
และการมีปฏิสัมพันธ์ของทารกในสถานสงเคราะห์ ตัวอย่างประชากรเป็นทารกอายุ 4-10 เดือน  
จำนวน 40 คน และผู้ดูแลเด็กจำนวน 20 คนในสถานสงเคราะห์เด็กอ่อนพญาไท เครื่องมือที่ใช้  
ในงานวิจัยคือ แบบสอบถามพื้นอารมณ์ของทารกในสถานสงเคราะห์เด็กและแบบสังเกตการมี  
ปฏิสัมพันธ์ของทารก การวิเคราะห์ข้อมูลใช้ค่าเฉลี่ย, ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานและค่า t-test

ผลการวิจัยเป็นดังนี้คือ 1.) หลังการทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารก ๙ คะแนนพื้น  
อารมณ์การเป็นเด็กเลี้ยงยากของทารกกลุ่มทดลองมีระดับต่ำกว่าทารกกลุ่มควบคุม อย่างมี  
นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 2.) หลังการทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารก ๙ คะแนนการมี  
ปฏิสัมพันธ์ของทารกกลุ่มทดลองมีระดับสูงกว่าทารกกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่  
ระดับ 0.01

โปรแกรมการนวดทารก ๙ ที่ปรับปรุงแล้วและนำเสนอ ประกอบด้วย ความเชื่อพื้นฐาน  
หลักการของโปรแกรมการนวดทารก ๙ วัตถุประสงค์ กลุ่มเป้าหมาย สาระสำคัญของโปรแกรม  
การนวดทารก ๙ การดำเนินกิจกรรมในโปรแกรมการนวดทารก ๙ และการประเมินผล การดำเนิน  
กิจกรรมในโปรแกรมการนวดทารก ๙ แบ่งเป็น 3 ระยะ คือ 1.) ระยะเตรียมการ 2.) ระยะดำเนิน  
การนวดทารก 3.) ระยะสรุปและอภิปรายผลโปรแกรมการนวดทารก ๙

ภาควิชา.....ประถมศึกษา.....ลายมือชื่อนิสิต.....  
สาขาวิชา.....การศึกษาปฐมวัย.....ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา.....  
ปีการศึกษา.....2544.....ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาร่วม.....

# #4183861927 : MAJOR EARLY CHILDHOOD EDUCATION

KEY WORD : INFANT MASSAGE PROGRAM / TEMPERAMENT / INTERACTION / INFANT

SIRAPORN YAMDEE : A DEVELOPMENT OF INFANT MASSAGE PROGRAM FOR ENHANCING INFANTS' TEMPERAMENT AND INTERACTION IN CHILD WELFARE HOME. THESIS ADVISOR : ASSOC. PROF. UDOMLUCK KULAPICHITR, Ed.D. 220 pp. ISBN 974-17-0802-5

The purpose of this research was to develop the infant massage program for enhancing infants' temperament and interaction in child welfare home. The experimental group consisted of 40 infants with 4 – 10 months old and 20 caregivers in Payathai babies' home. The instruments were Infant Temperament Questionnaire, and Teaching Scale. Mean, standard deviation (S.D.) and t-test were utilized for statistical analysis.

The results were as follows: 1.) after the program experiment, the difficult child's temperament scores of the experimental group were significantly lower than control group at 0.01 level, 2.) after the program experiment, the interaction scores of the experimental group were significantly higher than control group at 0.01 level.

The revised and proposed program was consisted of program principles, objectives, target group, content features, implementing procedures, and evaluation; the implementing procedures include the following phases: 1.) preliminary project planning, 2.) project start up, 3.) project consolidation.

Department .....Elementary Education.....Student's signature.....

Field of Study.....Early Childhood Education.....Advisor's signature.....

Academic year.....2001.....Co-advisor's signature.....

## กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์นี้สำเร็จได้ด้วยความสามารถของ รองศาสตราจารย์ ดร. อุดมลักษณ์ กุลพิจิตร อาจารย์ที่ปรึกษา ที่ได้สละเวลาเพื่อให้ความรู้ ทั้งทฤษฎีและการฝึกปฏิบัติ ตลอดจนให้ข้อคิดและแนวทางการแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ อันเป็นประโยชน์แก่การวิจัย นอกจากนี้ยังได้กรุณาดูแลเอาใจใส่อย่างใกล้ชิดและให้กำลังใจมาโดยตลอด ผู้วิจัยมีความซาบซึ้งในความกรุณาของท่านเป็นอย่างยิ่งจึงใคร่ขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้

ขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ พูนสุข บุญยสวัสดิ์ ประธานกรรมการสอบวิทยานิพนธ์และผู้ช่วยศาสตราจารย์ โสภภาพรณ ชยสมบัติ กรรมการสอบที่กรุณาตรวจสอบและให้ข้อเสนอแนะในการปรับปรุงแก้ไขวิทยานิพนธ์ครั้งนี้ให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ขอกราบขอบพระคุณท่านผู้ทรงคุณวุฒิ รองศาสตราจารย์ นายแพทย์ อัมพล สุอำพัน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สุกัญญา ประจุศิลป์ อาจารย์ ดร. พรรณระพี สุทธิวรรณ และแพทย์หญิงวินัดดา ปิยะศิลป์ ที่กรุณาให้คำแนะนำที่เป็นประโยชน์ในการสร้างเครื่องมือในการวิจัย

ขอกราบขอบพระคุณผู้บริหาร ผู้ปกครอง เจ้าหน้าที่ผู้ให้การเลี้ยงดูเด็กและบุคลากรในสถานสงเคราะห์เด็กอ่อนพญาไท ที่ให้ความร่วมมือในการทำวิจัยเป็นอย่างดี

การวิจัยครั้งนี้ได้รับทุนอุดหนุนบางส่วนจากบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จึงขอขอบพระคุณบัณฑิตวิทยาลัยมา ณ ที่นี้ด้วย

ท้ายนี้ขอขอบคุณ คุณพงศ์พันธุ์ จันทรวงศ์ และพี่ ๆ น้อง ๆ เพื่อน ๆ ชาวปฐมวัยทุกท่าน ที่ให้ความช่วยเหลือและเป็นกำลังใจให้ตลอดมา

คุณค่าและประโยชน์ของวิทยานิพนธ์นี้ ผู้วิจัยขอมอบเป็นเครื่องบูชาพระคุณของบุพการี คือ คุณพ่อเรืองศักดิ์ และคุณแม่ทัศนีย์ ยามดี ผู้ให้ชีวิต ให้การศึกษาและทุกสิ่งทุกอย่างแก่ผู้วิจัย

ศิวารรณ์ ยามดี

## สารบัญ

หน้า

บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	ฅ
สารบัญแผนภูมิ.....	ฉ
สารบัญภาพ.....	ค
บทที่	
1 บทนำ.....	1
ความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	5
สมมุติฐานการวิจัย.....	5
ขอบเขตการวิจัย.....	6
ข้อตกลงเบื้องต้น.....	6
คำจำกัดความในการวิจัย.....	7
วิธีดำเนินการวิจัย.....	8
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	10
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	11
ตอนที่ 1 เด็กทารกและการส่งเสริมพัฒนาการของเด็ก.....	13
ตอนที่ 2 เด็กกำพร้าในสถานสงเคราะห์.....	47
ตอนที่ 3 พื้นอารมณ์.....	51
ตอนที่ 4 การปฏิสัมพันธ์.....	66
ตอนที่ 5 การนวด.....	67
ตอนที่ 6 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	97

## สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	98
การศึกษาข้อมูลพื้นฐาน.....	98
การสร้างโปรแกรมการนัดหมาย.....	99
การทดลองใช้โปรแกรมการนัดหมาย ฯ.....	113
การปรับปรุงโปรแกรมการนัดหมาย ฯ.....	121
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	123
5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ.....	128
รายการอ้างอิง.....	140
ภาคผนวก.....	146
ภาคผนวก ก.....	147
ภาคผนวก ข.....	148
ภาคผนวก ค.....	163
ภาคผนวก ง.....	168
ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์.....	220

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



## สารบัญตาราง

ตาราง	หน้า
1. ตารางพัฒนาการด้านการเคลื่อนไหวของทารกอายุ 1 – 24 เดือน.....	17
2. ตารางพัฒนาการของทารกวัยแรกเกิดถึง 1 ปี.....	22
3. เกณฑ์การวิเคราะห์หัตถ์พินอาร์มณัของทารก.....	109
4. คะแนนมาตรฐานของพินอาร์มณัเด็ทไทย.....	110
5. จำนวนตัวอย่งประชากร กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม จำแนกตามอายุ.....	115
6. เปรียบเทียบค่ามัชฌมเลขคณิตของคะแนนพินอาร์มณัและ คะแนนการมีปฏิสัมพันธ์ก่อนการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและ กลุ่มควบคุม.....	115
7. ขั้นตอนการดำเนินโปรแกรมการนวดทารก ๗ ในขั้นการให้ความรู้ ความเข้าใจและฝึกปฏิบัติการนวดทารกแก่ผู้ดูแลเด็ท.....	116
8. เปรียบเทียบค่ามัชฌมเลขคณิตของคะแนนพินอาร์มณัของ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารก ๗.....	124
9. เปรียบเทียบค่ามัชฌมเลขคณิตของคะแนนการมีปฏิสัมพันธ์ของ ทารกกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารก ๗.....	125
10. เปรียบเทียบค่ามัชฌมเลขคณิตของคะแนนพินอาร์มณั ของกุ่มทดลองระหว่างก่อนการทดลองและหลังการทดลอง ใช้โปรแกรมการนวดทารก ๗.....	126
11. เปรียบเทียบค่ามัชฌมเลขคณิตของคะแนนการมีปฏิสัมพันธ์ ของกุ่มทดลองระหว่างก่อนการทดลองและหลังการทดลอง ใช้โปรแกรมการนวดทารก ๗.....	127
12. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพินอาร์มณัของกุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลองและหลังการทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารก ๗.....	164
13. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีปฏิสัมพันธ์ของกุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลองและหลังการทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารก ๗.....	165

## สารบัญญัตราง (ต่อ)

ตาราง	หน้า
14. การเปรียบเทียบค่ามัชฌิมเลขคณิตของคะแนนพื้นอารมณ์ ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนการทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ.....	166
15. การเปรียบเทียบค่ามัชฌิมเลขคณิตของคะแนนการมีปฏิสัมพันธ์ ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนการทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ.....	166
16. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพื้นอารมณ์ 6 ด้านของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลองกับคะแนนมาตรฐานของพื้นอารมณ์ทารกไทย.....	167
17. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพื้นอารมณ์ 6 ด้านของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม หลังการทดลองกับคะแนนมาตรฐานของพื้นอารมณ์ทารกไทย.....	167

## สารบัญแผนภูมิ

แผนภูมิที่	หน้า
1. กรอบแนวคิดของการพัฒนาโปรแกรมการนวดทารก ฯ.....	100
2. ลำดับขั้นตอนวิธีดำเนินการใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ.....	113
3. การพัฒนาโปรแกรมการนวดทารก ฯ.....	122



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## สารบัญภาพ

ภาพประกอบ	หน้า
1. รูปที่ 1.1 แสดงการนวดลำตัวของเด็กแรกเกิด.....	85
2. รูปที่ 1.2 แสดงวิธีการนวดขาเด็กแรกเกิด.....	86
3. รูปที่ 1.3 แสดงวิธีการบริหารแขนเด็กโดยยกแขนขึ้น-ลง.....	86
4. รูปที่ 1.4 แสดงวิธีการบริหารขาเด็กโดยงอเข่าสลับไปมา.....	86
5. รูปที่ 1.5 แสดงวิธีการบริหารขาเด็กโดยแยกขาแล้วจับเข้ามาชิดกัน.....	86
6. รูปที่ 1.6 แสดงวิธีการบริหารขาเด็กโดยจับเด็กนอนคว่ำแล้วงอเข่ามาด้านหลัง.....	87
7. รูปที่ 1.7 แสดงวิธีการบริหารขาและปลายเท้าเด็กโดยจับให้เด็กเดิน.....	87
8. รูปที่ 1.8 แสดงวิธีการบริหารแขนและมือเด็กโดยใช้ Dumbbell .....	87
9. รูปที่ 1.9 แสดงวิธีการบริหารขาเด็กโดยไขว้ขาสลับไปมา.....	87
10. รูปที่ 1.10 แสดงวิธีการบริหารขาเด็กโดยยกเท้าขึ้นจับฝ่าเท้าชนกัน.....	88
11. รูปที่ 1.11 แสดงวิธีการบริหารขาเด็กโดยงอเข่าให้ส้นเท้าชิดกับสะโพก.....	88
12. รูปที่ 1.12 แสดงวิธีการบริหารลำตัวเด็กโดยให้หมอนข้าง.....	88
13. รูปที่ 2.1 แสดงวิธีการบริหารแขนเด็กโดยการไขว้แขนสลับไปมา.....	88
14. รูปที่ 2.2 แสดงวิธีการบริหารขาเด็กโดยแยกขาแล้วจับเข้ามาชิดกัน.....	89
15. รูปที่ 2.3 แสดงวิธีการบริหารแขนเด็กโดยยก Dumbbell ขึ้น-ลง.....	89
16. รูปที่ 2.4 แสดงวิธีการบริหารแขนเด็กโดยยก Dumbbell ไปทาง ซ้าย-ขวา.....	89
17. รูปที่ 2.5 แสดงวิธีการฝึกเด็กพลิกตัว.....	89
18. รูปที่ 2.6 แสดงวิธีการบริหารขาเด็กโดยยกขาขึ้นลงสลับกัน.....	90
19. รูปที่ 2.7 แสดงวิธีการบริหารเอวและสะโพกโดยใช้เข่าหนีบลำตัวเด็กไว้ แล้วดึงตัวเด็กขึ้นลง.....	90
20. รูปที่ 2.8 แสดงวิธีการบริหารลำตัวเด็กโดยให้หมอนข้าง.....	90
21. รูปที่ 2.9 แสดงวิธีการบริหารลำตัวและหลังของเด็กโดยให้หมอนข้าง.....	90
22. รูปที่ 2.10 แสดงวิธีการบริหารขาเด็กโดยวิธีการจับเด็กให้ฝึกเดินบนหมอนข้าง.....	91
23. รูปที่ 3.1 แสดงวิธีการบริหารหน้าท้องและหลังเด็กโดยวิธีการ sit-up.....	91
24. รูปที่ 3.2 แสดงวิธีการบริหารแขนเด็กโดยใช้ Dumbbell .....	91

## สารบัญภาพ (ต่อ)

ภาพประกอบ	หน้า
25. รูปที่ 3.3 แสดงวิธีการบริหารขาและลำตัวเด็กโดยจับเด็กนั่งบนหมอนข้าง แล้วโยกหมอนข้างไปมา.....	91
26. รูปที่ 3.4 แสดงวิธีการบริหารสะโพกเด็กโดยจับเด็กนั่งบนหมอนข้าง แล้วโยกหมอนข้างไปข้างหน้า.....	92
27. รูปที่ 3.5 แสดงวิธีการบริหารขาเด็กโดยให้เด็กฝึกเดินบนแผ่นโฟม.....	92
28. รูปที่ 3.6 แสดงวิธีการบริหารแขนและลำตัวโดยจับเด็กนอนพาดบนหมอนข้าง ให้เอื้อมหยิบของที่อยู่ข้างหน้า.....	92
29. รูปที่ 4.1 แสดงวิธีการบริหารแขนของเด็กโดยให้ Dumbbell .....	92
30. รูปที่ 4.2 แสดงวิธีการบริหารแขนเด็กโดยให้เด็กเอื้อมคว้าสิ่งของที่แขวนอยู่.....	93
31. รูปที่ 4.3 แสดงวิธีการบริหารขาเด็กโดยยกขาเด็กไขว้ไปมาสลับ ซ้าย-ขวา.....	93
32. รูปที่ 4.4 แสดงการกระตุ้นให้เด็กคลานหรือเดินโดยใช้ของเล่นเป็นสิ่งล่อใจ.....	93
33. รูปที่ 4.5 แสดงวิธีการบริหารลำตัวเด็กโดยใช้หมอนข้าง.....	93
34. รูปที่ 4.6 แสดงวิธีการฝึกให้เด็กเดินโดยการพุงตัวเด็ก.....	94
35. รูปที่ 5.1 แสดงวิธีการบริหารแขนเด็กโดยยกแขนขึ้นลงสลับกัน.....	94
36. รูปที่ 5.2 แสดงวิธีการบริหารแขนเด็กโดยยก Dumbbell ไปทางซ้ายและขวา.....	94
37. รูปที่ 5.3 แสดงวิธีการบริหารแขนเด็กโดยยก Dumbbell ขึ้น-ลง.....	94
38. รูปที่ 5.4 แสดงการฝึกให้เด็กเดิน.....	95
39. รูปที่ 5.5 แสดงวิธีการบริหารแขนและขาเด็กโดยยกแขนและขาขึ้นลงสลับกัน.....	96
40. รูปที่ 5.6 แสดงการฝึกเดินของเด็ก.....	96
41. รูปที่ 5.7 แสดงการจับเด็กตีลังกา.....	96
42. รูปที่ 5.8 แสดงการฝึกให้เด็กใช้มือเดินแทนเท้า.....	97
43. รูปที่ 5.9 แสดงการฝึกให้เด็กคลานข้ามสิ่งกีดขวาง.....	97

## บทที่ 1

### บทนำ

#### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

วัยทารกถือได้ว่าเป็นวัยที่มีความสำคัญมากที่สุดของชีวิตเพราะมีการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็วและเป็นวัยที่ต้องปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อม หากเด็กได้รับการพัฒนาที่เหมาะสมก็จะทำให้เติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพ การพัฒนาเด็กนั้นก็ขึ้นอยู่กับสภาพแวดล้อมและการเลี้ยงดู ดังที่ Erikson กล่าวว่า ลักษณะของบุคคลที่เติบโตมานั้นเป็นผลเนื่องมาจากการเลี้ยงดูที่ได้รับในวัยทารก ซึ่งถ้าทารกได้รับการเลี้ยงดูที่มีการตอบสนองของความต้องการพื้นฐานด้านร่างกาย เช่น อาหาร น้ำ อากาศ ฯลฯ และทางด้านจิตใจ เช่น ความรักความอบอุ่น การอุ้มชู กอดรัด สัมผัส เป็นอย่างดีและเพียงพอสม่ำเสมอแล้ว ทารกจะพัฒนาการเรียนรู้ในการไว้วางใจผู้เลี้ยงดูซึ่งเป็นการพัฒนาขั้นพื้นฐานที่จะนำทารกก้าวไปสู่การพัฒนาในขั้นต่อ ๆ ไปของชีวิต ทำให้ทารกเติบโตเป็นบุคคลที่มีความรู้สึกเชื่อมั่น เป็นตัวของตัวเอง พึ่งพาตนเองได้และอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข แต่ในทางตรงกันข้ามทารกที่ขาดการเลี้ยงดูที่ดีและอยู่ในบรรยากาศของการขาดความรัก ความอบอุ่น ขาดการอุ้มชูและขาดการดูแลอย่างสม่ำเสมอจะทำให้ทารกพัฒนาไปในทางไม่ดีเติบโตขึ้นอย่างสงสัย กลัวและขาดความเชื่อใจผู้อื่น นอกจากนี้ถ้าหากทารกขาดการเอาใจใส่ดูแลอย่างมาก การพัฒนาความไม่เชื่อใจดังกล่าวจะรุนแรงมากขึ้นและนำไปสู่การเกิดภาวะซึมเศร้า และภาวะหวาดระแวงซึ่งเป็นต้นเหตุของความกลัวที่ไม่มีเหตุผลได้

ปัจจุบันประเทศไทยมีเด็กทารกถูกทอดทิ้งให้เป็นภาระรับผิดชอบของสถานสงเคราะห์มากมาย เด็กในสถานสงเคราะห์เหล่านี้ ขาดพ่อแม่ผู้ที่มีความสำคัญอย่างมากต่อการส่งเสริมและกระตุ้นพัฒนาการต่าง ๆ ในวัยต้นของชีวิต อีกทั้งข้อจำกัดบางประการทำให้การเลี้ยงดูทารกในสถานสงเคราะห์นั้นเป็นแบบมุ่งเน้นการตอบสนองทางด้านร่างกาย เช่น ในเรื่องอาหารที่อยู่อาศัย เครื่องนุ่งห่ม การพักผ่อนและการทำความสะอาดมากกว่าการตอบสนองทางด้านอารมณ์และสังคม รวมถึงจำนวนผู้เลี้ยงดูที่ไม่เพียงพอกับจำนวนทารก ทำให้ไม่สามารถให้การดูแลอย่างใกล้ชิดและไม่สามารถตอบสนองความต้องการของทารกได้อย่างเต็มที่ โดยเฉพาะความต้องการด้านการสัมผัส อุ้มชู ซึ่งเป็นสิ่งที่วัยทารกมีความต้องการอย่างยิ่งและจากการรายงานพบว่า ผู้เลี้ยงดูบางคนถึงแม้จะมีจิตใจรักเด็กแต่อาจขาดความเข้าใจถึงความต้องการพื้นฐานของทารกมีผลให้ไม่สามารถตอบสนองความต้องการด้านต่าง ๆ

ของทารกได้อย่างสมบูรณ์ด้วยเช่นกัน และเด็กที่พบในสถานสงเคราะห์มักเป็นเด็กที่มีพัฒนาการล่าช้าในหลาย ๆ ด้าน อันเนื่องมาจากการขาดการกระตุ้นและการตอบสนองที่เหมาะสม

Yarrow (1964) กล่าวว่า เด็กอายุ 6-8 เดือนในสถานสงเคราะห์ มีการแสดงออกทางอารมณ์ เช่น มีลักษณะวิตกกังวลรุนแรงเฉียบพลัน มีปฏิกิริยาปฏิเสธผู้ใหญ่ และสุดท้ายจะมีอาการซึมเศร้าอย่างรุนแรงทำให้ระดับกิจกรรมลดลงสูญเสียความอยากอาหาร ถอนตัวออกจากสังคมและสิ่งแวดล้อม

เช่นเดียวกับ กองวิชาการ กรมประชาสงเคราะห์ กระทรวงมหาดไทย (2530) ได้รายงานผลการวิจัยเกี่ยวกับเด็กจำนวน 307 คน ที่ถูกทอดทิ้งตามโรงพยาบาลและสถานพยาบาลทั่วประเทศไทย โดยได้สำรวจการเจริญเติบโตและพัฒนาการด้านต่าง ๆ ของเด็ก พบว่าเด็กเหล่านี้มีพัฒนาการช้ากว่าเด็กทั่วไปในทุก ๆ ด้านทั้งด้านกล้ามเนื้อใหญ่ กล้ามเนื้อมัดเล็ก ภาษาและการช่วยเหลือตนเอง การได้รับการเลี้ยงดูในสถานสงเคราะห์จะมีผลกระทบต่อบุคลิกภาพของเด็กด้วยโดยอาจทำให้เด็กมีปัญหาทางพฤติกรรม เช่น เด็กจะไม่รู้จักการให้หรือรับความรักจากผู้อื่น ก้าวร้าว ดื้อดึง อดทน และต่อต้านสังคม เป็นต้น

เด็กที่ได้รับการเลี้ยงดูจากสถานสงเคราะห์นับว่ามีลักษณะของการเป็นเด็กเลี้ยงยาก เพราะเป็นเด็กที่มีภาวะร่างกายขาดความตื่นตัวที่จะรับรู้สิ่งต่าง ๆ รอบตัว กิจวัตรประจำวันไม่สม่ำเสมอและตอบสนองต่อสิ่งเร้าได้น้อยมักเป็นเด็กที่หวาดกลัว ไม่พยายามสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นไม่ร่าเริง ไม่เป็นมิตร ถอยหนีจากสิ่งเร้า ทำให้มีระยะเวลาในการเรียนรู้ช้า อีกทั้งยังดึงดูดความสนใจจากมารดาหรือผู้เลี้ยงดูเพื่อสร้างปฏิสัมพันธ์ได้น้อยทำให้ได้รับการเอาใจใส่และตอบสนองจากผู้เลี้ยงดูน้อยไปด้วย ซึ่งพื้นอารมณ์เหล่านี้จะส่งผลให้เด็กมีความเสี่ยงสูงต่อพฤติกรรมที่เป็นปัญหาต่อสังคม

Thomas & Chess (1977) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับพื้นอารมณ์ขวบปีแรกของเด็กพบว่าพื้นอารมณ์ที่จำแนกได้ตั้งแต่ขวบปีแรกของชีวิตจะสามารถใช้ทำนายพฤติกรรมที่เป็นปัญหาได้และการเป็นเด็กเลี้ยงยากจะพัฒนาไปเป็นเด็กที่มีปัญหาพฤติกรรมในอนาคตได้มากกว่าเด็กเลี้ยงง่าย

จากการที่เด็กมีความบกพร่องในการสร้างปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นมีผลกระทบทำให้เด็กขาดการพัฒนาในด้านต่าง ๆ ตามที่ควรจะเป็น ดังที่ Wachs (1991) ได้กล่าวว่าปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อเด็ก คือ การตอบสนองหรือการกระตุ้นต่าง ๆ ที่เด็กได้รับจากบิดามารดา และสิ่งที่สำคัญที่สุดที่มีผลต่อพัฒนาการของเด็ก คือ ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเด็กกับสิ่งแวดล้อม นอกจากนี้ยังมีการศึกษา

พบว่า การตอบสนองของมารดา การจัดหาของเล่นที่เหมาะสมหรือการกระตุ้นอย่างสม่ำเสมอจะสัมพันธ์กับความสามารถทางสติปัญญาของเด็ก

ส่วนในกรณีที่เด็กต้องอาศัยผู้ดูแลเด็กที่ไม่ใช่พ่อแม่ นั่น Thomas & Chess (1997) ได้เสนอแนวคิดที่ว่า ไม่ว่าจะพ่อแม่หรือไม่ก็ตามที่เลี้ยงดูเด็กนั้นไม่สำคัญเพราะการเข้ากันได้ดีระหว่างเด็กและผู้เลี้ยงดูก็จะทำให้เด็กมีพัฒนาการที่ดีได้

ในปี 1973 Dennis & Najarian (อ้างถึงใน พรณีย์ ชูทัยเจนจิต, 2526) ได้เสนอว่าการไม่เปิดโอกาสให้เด็กได้มีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมจะมีผลต่อพัฒนาการในระยะยาว โดยเขาได้ทำการศึกษาวิจัยกับเด็กในสถานสงเคราะห์และพบว่าเด็กพวกนี้จะมีพัฒนาการทางด้านต่าง ๆ ซ้ำกว่าปกติ ไม่ว่าจะเป็นการนั่ง การยืน การเดิน การใช้ภาษา ทักษะทางสังคมหรือการแสดงออกทางอารมณ์ เนื่องจากเด็กไม่มีโอกาสได้รับการฝึกฝนทักษะต่าง ๆ เหล่านี้ ทั้งยังไม่มีการจัดสภาพแวดล้อมเพื่อช่วยส่งเสริมพัฒนาการแต่อย่างใด

จึงเห็นแล้วว่าการที่เด็กประสบความสำเร็จในด้านการมีปฏิสัมพันธ์กับบิดามารดาและผู้เลี้ยงดูรวมถึงสิ่งแวดล้อมจะมีผลต่อพัฒนาการด้านต่าง ๆ ของเด็ก จากการศึกษาข้างต้นค่อนข้างชี้ชัดว่า การถูกทอดทิ้งให้อยู่ในสถานสงเคราะห์ที่มีผลทำให้เด็กกลายเป็นเด็กที่มีพัฒนาการช้า นอกจากนี้เด็กยังขาดการมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีทางสังคม แต่อย่างไรก็ตามยังพบว่ามีงานวิจัยที่ศึกษาเกี่ยวกับการนวดทารกเพื่อบำบัดเด็กให้กลับมาพัฒนาการตามปกติและมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับผู้เลี้ยงดูได้

จากการทดลองของ Barnett (1972) พบว่าการนวดหรือการลูบไล้สัมผัสมีความสำคัญต่อการเจริญเติบโตทางด้านร่างกายของเด็ก ช่วยให้เด็กมีความอบอุ่นทางร่างกายและจิตใจ เด็กสามารถสร้างความผูกพันอันมั่นคงกับผู้อื่นได้ นอกจากนี้การสัมผัส การนวดหรือการลูบไล้ยังช่วยทำให้ทารกได้ติดต่อกับสิ่งแวดล้อมภายนอก ซึ่งช่วยให้มีการพัฒนาการเรียนรู้ดีขึ้นและหากทารกขาดการสัมผัสอุ้มชูหรือขาดการกระตุ้นสัมผัสจะมีผลต่อการรับรู้และความสามารถในการสื่อสารและยังทำให้ทารกไม่สามารถสร้างสัมพันธ์ภาพอันใกล้ชิดกับบุคคลอื่นในอนาคต

ในปี 1970 Vimala McClure ได้นำการนวดในทารกเข้ามาใช้ในสหรัฐอเมริกาซึ่งการนวดทารกนี้ พบว่าช่วยสร้างความสัมพันธ์อันดีระหว่างเด็กกับผู้เลี้ยงดูให้แน่นแฟ้นมากขึ้น ช่วยให้เด็กมีพัฒนาการด้านสังคมดีขึ้น ช่วยส่งเสริมพัฒนาการด้านร่างกายของเด็ก ช่วยพัฒนาการด้านกล้ามเนื้อ ทำให้เด็กนอนหลับได้ง่ายขึ้น ทั้งยังช่วยบำบัดเด็กที่มีพัฒนาการผิดปกติรวมถึงการเพิ่มปฏิสัมพันธ์ในเด็กที่มีต่อคนรอบข้าง ด้วยเหตุนี้ในปี ค.ศ. 1980 Vimala จึงได้จัดตั้ง



International Association of Infant Massage ขึ้น โดยมีเป้าหมายเพื่อส่งเสริมและฝึกฝนผู้เชี่ยวชาญเพื่อไปทำการสอนพ่อแม่และผู้ดูแลเด็กในด้านทฤษฎี ทักษะและเทคนิควิธีการในการนวดทารก การนวดในเด็กทารกจึงได้แพร่หลายตั้งแต่นั้นมา

Janet Speirer (1982) ได้ทำการวิจัย เรื่องการนวดในเด็กพัฒนาการช้า พบว่าการนวดได้เพิ่มการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม พัฒนาการด้านอารมณ์และทำให้เด็กหลับสบาย

Michelle (1996) ได้ศึกษาผลการนวดทารกต่อการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างเด็กที่มีความเสี่ยงสูงหรือเด็กที่คลอดก่อนกำหนดกับผู้ดูแลเด็ก พบว่าการมีปฏิสัมพันธ์ของเด็กจะเพิ่มมากขึ้นหากอยู่ในสภาพแวดล้อมที่เป็นบ้านและเด็กที่ได้รับการนวดมีปฏิสัมพันธ์ทางบวกกับผู้เลี้ยงดู

Carolyn Blythe (1998) ได้ศึกษาผลการนวดในทารกคลอดก่อนกำหนด พบว่าการนวดทำให้ทารกมีความตื่นตัวในการตอบสนอง ทารกนอนหลับง่ายขึ้นและไม่ร้องอแง

Tiffany Field (1995) แห่งสถาบันการนวดได้ทำรายงานการวิจัยเรื่อง การนวดในทารกที่คลอดจากมารดาที่มีเชื้อ HIV โดยทดลองนวดทารกจำนวน 28 คน วันละ 3 ครั้ง ครั้งละ 15 นาที ติดต่อกัน 2 สัปดาห์ พบว่าทารกที่ได้รับการนวดมีน้ำหนักตัวเพิ่มขึ้นและมีความก้าวหน้าด้านพัฒนาการ

นอกจากนี้ CIMIs (Certified Infant Massage Instructors, 2000) ได้เสนอคุณประโยชน์ของการนวดทารกไว้ว่าการนวดช่วยในการเชื่อมความสัมพันธ์ให้ลึกซึ้ง ทำให้มีการสื่อสารที่ดีขึ้นระหว่างเด็กและมารดา ช่วยผ่อนคลายและบรรเทา ช่วยให้เด็กนอนหลับง่ายขึ้นและส่งเสริมพัฒนาการด้านต่าง ๆ ของเด็ก

จากการทดลองเรื่องการกระตุ้นโดยการสัมผัสที่มีต่อการเจริญเติบโตของทารกในสถานสงเคราะห์เด็กอ่อนพญาไท ของ พัศนีย์ รัตนโสภาส (2531) นั้นพบว่าทารก 6 เดือนในสถานสงเคราะห์ดังกล่าว เป็นเด็กกำพร้าที่ถูกทอดทิ้งจากพ่อแม่ เด็กขาดความอบอุ่น ขาดการเลี้ยงดูและเอาใจใส่อย่างเต็มที่ เนื่องจากขาดบุคลากรในการดูแลเด็ก เด็กส่วนใหญ่จึงประสบปัญหาในการเป็นเด็กที่มีพัฒนาการช้าและการกระตุ้นโดยการสัมผัสที่จัดกระทำกับเด็กนั้น ช่วยให้เด็กมีการเจริญเติบโตที่ดีขึ้นเพียงเล็กน้อยเท่านั้น

จากความรู้ที่ได้ศึกษามานี้ ผู้วิจัยจึงเห็นความสำคัญของการส่งเสริมพื้นอารมณ์และการมีปฏิสัมพันธ์ของทารกกับผู้เลี้ยงดูในสถานสงเคราะห์เด็กและตระหนักว่าผู้ดูแลเด็กมีบทบาทสำคัญมากต่อเด็กทารก การส่งเสริมให้ผู้ดูแลเด็กกับทารกมีปฏิสัมพันธ์ต่อกันมากขึ้นจะทำให้เด็ก

ได้รับความรักความอบอุ่น ได้รับการเอาใจใส่ดูแลมากขึ้น ซึ่งมีผลต่อการเจริญเติบโตและการพัฒนาในทุก ๆ ด้านของเด็ก ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจนำเทคนิคการนวดทารกมาใช้ในการพัฒนาโปรแกรมการนวดเพื่อส่งเสริมพัฒนาการและการมีปฏิสัมพันธ์ของทารกในสถานสงเคราะห์เด็กอ่อนพญาไท และเพื่อศึกษาว่าการนวดทารกมีผลต่อพัฒนาการและการมีปฏิสัมพันธ์ของทารกหรือไม่ ซึ่งผลจากการศึกษาครั้งนี้เป็นรากฐานในการพัฒนาทารกในด้านอื่น ๆ ต่อไป รวมถึงให้ผู้ดูแลเด็กได้ตระหนักถึงการให้ความสำคัญในเรื่องของการสร้างปฏิสัมพันธ์กับทารกเพื่อเป็นการป้องกันปัญหาทางพฤติกรรมของทารกที่มีพัฒนาการเป็นเด็กเลี้ยงยาก

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อพัฒนาโปรแกรมการนวดทารกเพื่อส่งเสริมพัฒนาการและการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก ในสถานสงเคราะห์เด็ก

### สมมุติฐานในการวิจัย

จากการศึกษาวิจัยของ Vimala McClure (1970-1990) ค้นพบว่าการนวดในเด็กทารก ช่วยส่งเสริมพัฒนาการด้านต่าง ๆ ของเด็กทั้งยังช่วยบำบัดเด็กที่มีพัฒนาการผิดปกติ รวมถึงการเพิ่มปฏิสัมพันธ์ในทารกที่มีต่อคนรอบข้าง เช่นเดียวกับ Barnett (1972) พบว่า การนวดหรือการลูบไล้สัมผัสมีผลต่อการเจริญเติบโตทางด้านร่างกายของทารก ช่วยให้ทารกมีความอบอุ่นทางร่างกายและจิตใจและเด็กสามารถสร้างความผูกพันอันมั่นคงกับผู้อื่น นอกจากนี้การนวดสัมผัสหรือการลูบไล้ยังช่วยทำให้ทารกได้ติดต่อกับสิ่งแวดล้อมภายนอกซึ่งช่วยให้มีการพัฒนาการเรียนรู้ดีขึ้นและหากทารกขาดการสัมผัสอุ่มชูหรือขาดการกระตุ้นสัมผัสจะมีผลต่อการรับรู้และความสามารถในการสื่อสาร รวมถึงทำให้ทารกไม่สามารถสร้างสัมพันธ์ภาพอันใกล้ชิดกับบุคคลอื่นในอนาคต

Janet Speirer (1982) ยังพบอีกว่าการนวดเด็กที่มีพัฒนาการช้า ช่วยส่งเสริมการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม ส่งเสริมพัฒนาการด้านอารมณ์และทำให้ทารกหลับสบาย นอกจากนี้ Michelle (1996) ได้พบว่า การนวดในเด็กที่คลอดก่อนกำหนดนั้นมีผลทำให้เด็กมีปฏิสัมพันธ์ในทางบวกกับผู้เลี้ยงดู

จากที่ได้กล่าวมาแล้วนั้นจะเห็นได้ว่าการนวดทารกน่าจะส่งเสริมพัฒนาการทารกในสถานสงเคราะห์เด็ก ให้มีระดับพัฒนาการเป็นเด็กเลี้ยงยากในระดับที่ต่ำลง รวมถึง

ส่งเสริมการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างทารกกับผู้ดูแลเด็กให้มีระดับสูงขึ้น ผู้วิจัยจึงตั้งสมมุติฐานของการศึกษาวิจัย เรื่องการพัฒนาโปรแกรมการนวดทารกเพื่อส่งเสริมพัฒนาการและการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก ในสถานสงเคราะห์เด็ก ดังนี้

1. หลังการทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารก ๙ คะแนนพัฒนาการเป็นเด็กเลี้ยงยากของทารกกลุ่มทดลองจะมีระดับต่ำกว่ากลุ่มควบคุม
2. หลังการทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารก ๙ คะแนนการมีปฏิสัมพันธ์ของทารกกลุ่มทดลองจะมีระดับสูงกว่ากลุ่มควบคุม

### ขอบเขตของการวิจัย

1. การวิจัยครั้งนี้มุ่งเน้นการพัฒนาโปรแกรมการนวดทารกเพื่อส่งเสริมพัฒนาการและการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก ในสถานสงเคราะห์เด็ก มีตัวแปรที่ศึกษาดังนี้
  - 1.1 ตัวแปรอิสระ คือ การนวดทารก
  - 1.2 ตัวแปรตาม คือ พัฒนาการของทารกและการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก
2. ประชากรที่ใช้ในการวิจัยเป็นทารกวัย 4 - 10 เดือน และผู้ดูแลเด็กจากสถานสงเคราะห์เด็กอ่อนพญาไท
3. ระยะเวลาในการดำเนินการทดลองโปรแกรมการนวดทารก ๙ ใช้ระยะเวลา 8 สัปดาห์ โดยในสัปดาห์ที่ 1 เป็นการให้ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับพัฒนาการเด็ก พัฒนาการทารกและความเป็นมาของการนวดรวมถึงการฝึกปฏิบัติการนวดให้กับผู้ดูแลเด็ก โดยทำการจัดฝึกอบรมวันละ 2 ชั่วโมง ในช่วงเวลา 10.00-12.00 น. และฝึกปฏิบัติการนวดจริงกับเด็กทารกเป็นเวลา 7 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 4-5 วัน โดยนวดเด็กวันละ 1-2 ครั้ง ครั้งละ 15 – 20 นาที

### ข้อตกลงเบื้องต้น

ผู้ทำหน้าที่ดูแลเด็กในสถานสงเคราะห์เด็กอ่อนพญาไท ได้ผ่านการฝึกอบรมในเรื่องความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับเด็กและทักษะความสามารถในการดูแลเด็ก จึงถือว่าผู้ดูแลเด็กมีความสามารถและความพร้อมในการเข้ารับการอบรมในเรื่องการนวด

## คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

**การนวดทารก** หมายถึง การที่ผู้ดูแลเด็กใช้มือและนิ้วในการบีบ นวด คลึงและลูบไล้ตามส่วนต่าง ๆ ของร่างกายทารก อันได้แก่ ขา เท้า แขน มือ ท้อง ออก หลังและใบหน้า เพื่อเป็นการผ่อนคลายกล้ามเนื้อให้กับทารก โดยผู้ดูแลเด็กมีบทบาทในการมีปฏิสัมพันธ์กับเด็ก คือ การยิ้ม การสบตา การพูดคุย ฯลฯ

**โปรแกรมการนวดทารกเพื่อส่งเสริมพัฒนาการและการมีปฏิสัมพันธ์ของทารกในสถานสงเคราะห์เด็ก** หมายถึง แผนกำหนดแนวทางในการดำเนินกิจกรรมการนวดทารก ประกอบด้วย ความเชื่อพื้นฐาน หลักการของโปรแกรมการนวดทารก ๙ วัตถุประสงค์ กลุ่มเป้าหมาย สาระสำคัญของโปรแกรมการนวดทารก ๙ การดำเนินกิจกรรมในโปรแกรมการนวดทารก ๙ ระยะเวลาในการใช้โปรแกรมการนวดทารก ๙ สื่อประกอบการใช้โปรแกรมการนวดทารก ๙ และการประเมินผลโปรแกรมการนวดทารก ๙

**พัฒนาการ** หมายถึง พฤติกรรมลักษณะต่าง ๆ ที่ทารกแสดงออกเพื่อตอบสนองต่อสิ่งแวดล้อม ซึ่งองค์ประกอบของพัฒนาการมี 6 ด้าน คือ ระดับการเคลื่อนไหว ความสม่ำเสมอในการทำหน้าที่ของร่างกาย ความสามารถในการปรับตัว การเข้าใกล้หรือถอยหนีต่อสิ่งเร้า ความรุนแรงของการตอบสนอง และลักษณะทางอารมณ์

**การมีปฏิสัมพันธ์ของทารก** หมายถึง พฤติกรรมการโต้ตอบในทางบวกของทารก ประกอบด้วย การแสดงออกทางพฤติกรรม ใน 2 ด้านคือ ด้านการแสดงพฤติกรรมโต้ตอบของทารกต่อกิจกรรมการเล่นและด้านการแสดงพฤติกรรมโต้ตอบของทารกกับผู้ดูแลเด็ก

**การดูแลเด็กทารกในกลุ่มควบคุม** หมายถึง การเลี้ยงดูเด็กโดยผู้ดูแลเด็กจากสถานสงเคราะห์เด็กอ่อนพญาไท ตามตารางเวลาปกติในแต่ละวัน โดยไม่มีการปฏิบัติการณ์นวด

**เด็กเลี้ยงยาก** หมายถึง เด็กที่มีระดับการเคลื่อนไหวที่ไม่ว่องไว มีระบบการทำงานของร่างกายไม่สม่ำเสมอ ถอยหนีต่อสิ่งเร้าใหม่ ปรับตัวยาก มีความรุนแรงของการตอบสนองในระดับสูง อารมณ์ไม่ดี ไม่ร่าเริงไม่เป็นมิตร ซึ่งวัดได้จากแบบสอบถามพัฒนาการของทารก โดยเด็กที่มีคะแนนขององค์ประกอบของพัฒนาการในแต่ละด้านมากกว่าคะแนนเฉลี่ยตั้งแต่ 4 ด้านขึ้นไป ถือว่ามีพัฒนาการอยู่ในระดับของการเป็นเด็กเลี้ยงยาก และจะต้องมีค่าเฉลี่ยในด้านความรุนแรงของการตอบสนอง และลักษณะทางอารมณ์สูงกว่าคะแนนเฉลี่ย  $\bar{X} + 1 S.D.$

**ทารก** หมายถึง เด็กอายุตั้งแต่ 4 เดือน ถึง 10 เดือน ในการเลี้ยงดูของสถานสงเคราะห์เด็กอ่อนพญาไท มีพื้นอารมณ์เป็นเด็กเลี้ยงยาก ประเมินจากแบบสอบถามพื้นอารมณ์ของทารก

**ผู้ดูแลเด็ก** หมายถึง ผู้ที่มีหน้าที่ดูแลเด็กทารก ณ สถานสงเคราะห์เด็กอ่อนพญาไท

**สถานสงเคราะห์เด็ก** หมายถึง สถานรับเลี้ยงเด็กกำพร้าตั้งแต่แรกเกิดถึง 5 ขวบ สังกัดกรมประชาสงเคราะห์ กระทรวงแรงงานและสวัสดิการสังคม ซึ่งในงานวิจัยครั้งนี้หมายถึง สถานสงเคราะห์เด็กอ่อนพญาไท ตั้งอยู่ ณ เลขที่ 264/1 ถนนพระรามที่ 6 สีแยกราชวิถี กรุงเทพมหานคร

### วิธีดำเนินการวิจัย

การดำเนินการวิจัยแบ่งเป็น 4 ขั้นตอนดังนี้

**ขั้นที่ 1 การศึกษาข้อมูลพื้นฐาน** เพื่อกำหนดขอบเขตในการสร้างโปรแกรมการนวดทารกเพื่อส่งเสริมพื้นอารมณ์และการมีปฏิสัมพันธ์ของทารกในสถานสงเคราะห์เด็ก

1.1 ศึกษาค้นคว้า รวบรวมความรู้และทฤษฎีต่าง ๆ จากเอกสาร วารสาร ตำรา และงานวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับพัฒนาการของเด็กทารกและการส่งเสริมพัฒนาการเด็กทารก เด็กกำพร้า พื้นอารมณ์ การปฏิสัมพันธ์ และการนวดเด็ก เพื่อเป็นพื้นฐานในการจัดฝึกอบรมและให้ความรู้แก่ผู้ดูแลเด็ก

1.2 ฝึกปฏิบัติการนวดทารกตามวิธีการในเอกสารตำรา ทั้งไทยและต่างประเทศ พร้อมทั้งฝึกนวดจริงกับทารก

1.3 ศึกษาสภาพและปัญหาที่เกิดขึ้นกับทารกในการเลี้ยงดูของสถานสงเคราะห์เด็กอ่อนพญาไท

**ขั้นที่ 2 การสร้างโปรแกรมการนวดทารกเพื่อส่งเสริมพื้นอารมณ์และการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก ในสถานสงเคราะห์เด็ก**

2.1 กำหนดกรอบแนวคิดในการสร้างโปรแกรมการนวดทารก ฯ ซึ่งประกอบด้วยแนวคิด วัตถุประสงค์ของโปรแกรมการนวดทารก ฯ หลักการของโปรแกรมการนวดทารก ฯ กลุ่มเป้าหมาย สาระสำคัญของโปรแกรมการนวดทารก ฯ การดำเนินกิจกรรมในโปรแกรมการนวดทารก ฯ ระยะเวลาในการใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ สื่อประกอบการใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ และการประเมินผลโปรแกรมการนวดทารก ฯ

2.2 นำกรอบแนวคิดที่สร้างขึ้นมาเขียนร่างรายละเอียดของโปรแกรมการนวดทารกเพื่อส่งเสริมพัฒนาการและการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก ในสถานสงเคราะห์เด็ก และตรวจสอบความถูกต้อง ความสอดคล้องของโปรแกรมการนวดทารก ฯ

2.3 ผลิตเอกสารประกอบการใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ ได้แก่ คู่มือการใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ เอกสารประกอบการอบรม เรื่อง เด็กทารก พื้นฐานอารมณ์ทารก การปฏิสัมพันธ์ การนวดทารก และจัดหาสื่อ-อุปกรณ์ประกอบการใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ ได้แก่ เบบี้ออยล์ เทปเพลงคลาสสิก เบาะรองชนิดแข็ง และตุ๊กตาพลาสติก และจัดทำเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ แบบสอบถามพัฒนาการของทารกในสถานสงเคราะห์เด็ก และแบบสังเกตการมีปฏิสัมพันธ์ของทารกในสถานสงเคราะห์เด็ก

**ขั้นที่ 3 การทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารกเพื่อส่งเสริมพัฒนาการและการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก ในสถานสงเคราะห์เด็ก โดยมีขั้นตอนดังนี้ คือ**

### 3.1 ระยะที่ 1 ขั้นเตรียมการ

#### 3.1.1 กำหนดประชากรและตัวอย่างประชากร

1.) ประชากร ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ทารกอายุ 4-10 เดือน จำนวน 168 คนและผู้ดูแลเด็ก จำนวน 23 คน จากสถานสงเคราะห์เด็กอ่อนพญาไท สังกัดกรมประชาสงเคราะห์ กระทรวงแรงงานและสวัสดิการสังคม

2.) ตัวอย่างประชากร ตัวอย่างประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ

2.1) ทารกอายุ 4-10 เดือน ที่รับการเลี้ยงดูจากสถานสงเคราะห์เด็กอ่อนพญาไท สังกัดกรมประชาสงเคราะห์ กระทรวงแรงงานและสวัสดิการสังคม ในเดือนกุมภาพันธ์ ปี พ.ศ. 2545 จำนวน 40 คน ซึ่งคัดเลือกแบบเฉพาะเจาะจง โดยการสัมภาษณ์และสอบถามพัฒนาการของเด็ก เพื่อให้ได้ทารกที่มีพัฒนาการเป็นเด็กเลี้ยงยาก แล้วจับคู่ทารกที่มีอายุใกล้เคียงกัน จากนั้นจับฉลากเพื่อแบ่งเด็กทารกออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง 20 คนและกลุ่มควบคุม 20 คน

2.2) ผู้ดูแลเด็ก จำนวน 20 คน ที่มีหน้าที่ดูแลเด็กทารกวัย 0-1 ปี จากสถานสงเคราะห์เด็กอ่อนพญาไท ซึ่งคัดเลือกแบบสมัครใจ

3.1.2 การให้ความรู้ ความเข้าใจและฝึกปฏิบัติการนวดแก่ผู้ดูแลเด็ก ในเรื่องต่อไปนี้เป็นพัฒนาการเด็ก พัฒนาการเด็ก ความสำคัญของการมีปฏิสัมพันธ์ ประโยชน์ของการนวดทารก และวิธีการนวดทารก

**3.2 ระยะที่ 2 ขั้นดำเนินการนัดกับเด็กทารก** เป็นขั้นของการให้ผู้ดูแลเด็กฝึกปฏิบัติการนัดจริงกับทารก เป็นเวลา 7 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 4-5 วัน วันละ 1-2 ครั้ง ครั้งละ 15-20 นาที

**3.3 ระยะที่ 3 ขั้นสรุปและอภิปรายผลการใช้โปรแกรมการนัดทารก ฯ** เก็บรวบรวมข้อมูลผลการใช้โปรแกรมการนัดทารก ฯ โดยใช้แบบสอบถามพื้นอารมณ์เด็กทารกในสถานสงเคราะห์เด็กและแบบสังเกตการมีปฏิสัมพันธ์ของทารกในสถานสงเคราะห์เด็ก หลังการทดลองใช้โปรแกรมการนัดทารก ฯ 7 สัปดาห์

**การวิเคราะห์ข้อมูล** นำข้อมูลที่เก็บรวบรวมมาวิเคราะห์ผลดังนี้

1. คำนวณค่ามัธยเลขคณิตและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนพื้นอารมณ์และคะแนนการมีปฏิสัมพันธ์ของทารกกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการทดลอง
2. เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่ามัธยเลขคณิตของคะแนนพื้นอารมณ์ของทารกกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการทดลอง โดยใช้การทดสอบค่าที (*t-test*)
3. เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่ามัธยเลขคณิตของคะแนนการมีปฏิสัมพันธ์ของทารกกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการทดลอง โดยใช้การทดสอบค่าที (*t-test*)

**ขั้นที่ 4 การปรับปรุงและนำเสนอโปรแกรมการนัดทารกเพื่อส่งเสริมพื้นอารมณ์และการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก ในสถานสงเคราะห์เด็ก**

ขั้นนี้ได้นำข้อมูลที่ได้จากการวิเคราะห์มาปรับปรุงแก้ไขโปรแกรมการนัดทารก ฯ จากนั้นนำเสนอโปรแกรมการนัดทารก ฯ ฉบับสมบูรณ์

**ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ**

1. เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาโปรแกรมการนัดทารกเพื่อส่งเสริมพื้นอารมณ์และการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก ในสถานสงเคราะห์เด็ก
2. เพื่อเป็นประโยชน์แก่ผู้ดูแลเด็กและผู้ที่มีหน้าที่เกี่ยวข้องกับเด็กที่มีระดับพื้นอารมณ์เป็นเด็กเลี้ยงยาก ในการนำโปรแกรมการนัดทารก ฯ ไปใช้ส่งเสริมพื้นอารมณ์และส่งเสริมการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก ในสถานสงเคราะห์เด็ก
3. เพื่อเป็นประโยชน์แก่ พ่อแม่ ผู้ปกครองและผู้ที่เกี่ยวข้องโปรแกรมการนัดทารก ฯ ในการนำวิธีการนัดทารกไปประยุกต์ใช้ในเด็กปกติ

## บทที่ 2

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยเรื่อง การพัฒนาโปรแกรมการนวดทารกเพื่อส่งเสริมพัฒนาการและการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก ในสถานสงเคราะห์เด็ก ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องและนำเสนอแบ่งเป็น 6 ตอน ดังนี้

#### ตอนที่ 1 เด็กทารกและการส่งเสริมพัฒนาการของเด็ก

- 1.1 ความหมายของเด็กทารก
- 1.2 พัฒนาการของเด็กทารก
- 1.3 การส่งเสริมพัฒนาการเด็กทารก

#### ตอนที่ 2 เด็กกำพร้าในสถานสงเคราะห์

- 2.1 ความหมายและที่มาของเด็กกำพร้า
- 2.2 สภาพปัญหาของเด็กกำพร้าในสถานสงเคราะห์

#### ตอนที่ 3 พัฒนาการ

- 3.1 ความหมายและความสำคัญของพัฒนาการ
- 3.2 องค์ประกอบของพัฒนาการและการจำแนกพัฒนาการ
- 3.3 ความแตกต่างระหว่างพัฒนาการในทารก
  - 3.3.1 พัฒนาการกับความแตกต่างระหว่างวัฒนธรรม
  - 3.3.2 พัฒนาการกับความแตกต่างระหว่างเพศและชนชั้น
- 3.4 พัฒนาการกับพฤติกรรมโต้ตอบระหว่างมารดาและทารก
- 3.5 พัฒนาการกับองค์ประกอบทางพันธุกรรม
- 3.6 พัฒนาการกับความคงที่
- 3.7 พัฒนาการกับสิ่งแวดล้อม
- 3.8 พัฒนาการกับพัฒนาการเด็ก



#### ตอนที่ 4 การปฏิสัมพันธ์

- 4.1 ความหมายของการปฏิสัมพันธ์
- 4.2 ทักษะพื้นฐานในการสร้างปฏิสัมพันธ์ที่ดี
- 4.3 ประโยชน์ของการสร้างปฏิสัมพันธ์

#### ตอนที่ 5 การนวด

- 5.1 ความเป็นมาของการนวด
- 5.2 ประเภทของการนวด
- 5.3 การนวดกับน้ำมันหอมระเหย(อโรมา - เทราปี)
- 5.4 การนวดแบบไทยโบราณ
- 5.5 การนวดทารก

#### ตอนที่ 6 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

เนื้อหาสาระทั้ง 6 ตอน จะเป็นพื้นฐานสำคัญในการสร้างความเข้าใจเกี่ยวกับการศึกษาวิจัย เรื่องการพัฒนาโปรแกรมการนวดทารกเพื่อส่งเสริมพัฒนาการและการมีปฏิสัมพันธ์ของทารกในสถานสงเคราะห์เด็ก

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ตอนที่ 1 เด็กทารกและการส่งเสริมพัฒนาการของเด็ก

### 1.1 ความหมายของเด็กทารก

Thomson (1952) กล่าวว่า เด็กทารก หมายถึง เด็กแรกเกิดที่ไม่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้เลย เป็นวัยที่ต้องการความช่วยเหลือจากมารดาและผู้ใกล้ชิด สำหรับให้การบริบาลอย่างถูกต้องและเหมาะสม เพื่อที่ทารกจะสามารถเจริญเติบโตและมีพัฒนาการอย่างต่อเนื่องทั้งทางร่างกายและจิตใจ

James and Mott (1988) กล่าวว่าเด็กทารกเป็นช่วงที่มีความสำคัญอย่างยิ่งในการวางรากฐานของชีวิต เนื่องจากเป็นวัยที่มีการเจริญเติบโตและพัฒนาการอย่างมาก และรวดเร็ว ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ สติปัญญา อารมณ์และสังคม รวมทั้งพัฒนาการรับรู้ การเรียนรู้ ความเข้าใจตนเองและบุคลิกภาพ

อุดมลักษณ์ กุลพิจิตร (2542) กล่าวว่า เด็กทารกหมายถึงเด็กตั้งแต่อายุแรกเกิดถึง 18 เดือน และเป็นวัยที่มีความเจริญเติบโตรวดเร็วมาก

จากการศึกษาความหมายของเด็กทารก สรุปได้ว่า เด็กทารก หมายถึง เด็กตั้งแต่แรกเกิดจนถึงหนึ่งปีครึ่ง เป็นวัยที่มีการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็ว ทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคมและสติปัญญา

### 1.2 พัฒนาการเด็กทารก

#### ความหมายของพัฒนาการ

English (1957) ให้ความหมายของพัฒนาการว่า เป็นลำดับการเปลี่ยนแปลงที่มีลำดับต่อเนื่องในระบบหนึ่ง ระยะเวลาหนึ่ง เป็นการเปลี่ยนแปลงที่เฉพาะเจาะจงที่คงทนในอินทรีย์ตั้งแต่เกิด จนกระทั่งถึงวุฒิภาวะ หรือ ตาย ซึ่งลำดับนี้จะย้อนกลับคืนไม่ได้ จะเปลี่ยนแปลงไปในทางก้าวหน้าหรือเปลี่ยนแปลงในระดับที่สูงขึ้น มีความซับซ้อนเพิ่มขึ้น ทั้งในด้านโครงสร้างและหน้าที่ หรืออย่างใดอย่างหนึ่ง อาจจะเปลี่ยนแปลงในรูปของขนาดความซับซ้อนหรือศักยภาพ กล่าวคือ เป็นการเปลี่ยนแปลงในด้านคุณภาพ ซึ่งแตกต่างกับคำว่าเจริญเติบโต คือ การเจริญเติบโตจะเป็นไปในรูปของปริมาณหรือการเพิ่มจำนวน แต่โดยทั่วไปส่วนใหญ่จะใช้คำว่าพัฒนาการ รวมเข้ากับคำว่าเจริญเติบโต หรือบางครั้งใช้ในความหมายเดียวกัน

Nelms & Mulins (1982) กล่าวว่าคนส่วนใหญ่ใช้คำว่า “การเจริญเติบโต” (growth) และพัฒนาการ (development) ในความหมายเดียวกัน แต่คำสองคำนั้นมีความหมายไม่เหมือนกัน การเจริญเติบโตหมายถึง การเพิ่มขนาดของร่างกายทั้งหมด หรือบางส่วน ซึ่งเป็นการเปลี่ยนแปลง

ในทางปริมาณอาจวัดได้หลายแบบเช่น การวัดเป็นเซนติเมตร หรือเป็นกิโลกรัม ส่วนพัฒนาการ หมายถึง ความก้าวหน้าในทางทักษะ หรือการเพิ่มความซับซ้อนของโครงสร้างหน้าที่ ซึ่งเป็นการเปลี่ยนแปลงในทางคุณภาพ และสามารถวัดได้โดยใช้แบบทดสอบเครื่องมือวัดพัฒนาการ หรือแบบทดสอบทางจิตวิทยา

สร้อยสุดา และคณะ (2528) กล่าวว่าพัฒนาการเป็นการเปลี่ยนแปลงทางด้านโครงร่าง (structure) และแบบแผนของอินทรีย์ทุกส่วน การเปลี่ยนแปลงนี้จะก้าวหน้าไปเรื่อย ๆ เป็นขั้น ๆ จากระยะหนึ่งไปอีกระยะหนึ่งและทำให้เด็กมีลักษณะและความสามารถใหม่ ๆ เกิดขึ้น ซึ่งจะมีผลทำให้ทางด้านร่างกาย สติปัญญา อารมณ์และสังคม เจริญก้าวหน้ายิ่งขึ้นเป็นลำดับ

กล่าวโดยสรุปก็คือ พัฒนาการ หมายถึง ความก้าวหน้าในด้านทักษะและความสามารถใหม่ ๆ ทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม สติปัญญา โดยมีความก้าวหน้าและการเปลี่ยนแปลงอย่างเป็นลำดับขั้นต่อเนื่อง

### 1) พัฒนาการวัยทารกแรกเกิด

ทารกแรกเกิดนั้นต้องปรับตัวใหม่อย่างกะทันหัน ไม่ว่าจะทางด้านการปรับตัวเข้ากับ อุณหภูมิภายนอก การปรับตัวในการหายใจ การปรับตัวในการดูดกลืนและการย่อยอาหาร รวมถึง การปรับตัวในด้านการขับถ่าย ซึ่งในระยะของทารกแรกเกิดอาจจะแยกการพัฒนาในด้านต่าง ๆ ดังนี้

#### 1.1 พัฒนาการทางด้านร่างกาย (physical development)

โดยทั่วไปทารกแรกเกิดจะมีน้ำหนักเฉลี่ยประมาณ 3000 กรัม และมีลำตัวยาวประมาณ 45-50 เซนติเมตร ทารกชายมักจะหนักกว่าและมีลำตัวยาวกว่าทารกเพศหญิงเล็กน้อย ในระยะนี้ ทารกจะมีน้ำหนักลดลงเล็กน้อย เมื่อปรับตัวดีขึ้น น้ำหนักก็จะเพิ่มขึ้น โดยเฉพาะสัปดาห์ที่สอง ทารกแรกเกิดนั้นไม่อาจควบคุมกล้ามเนื้อได้ กล้ามเนื้อยังอ่อน ด้วยเหตุนี้จึงสามารถดัดได้ง่าย ผิวหนังอ่อนนุ่มเป็นสีชมพู ร่างกายยังไม่มีสัดส่วนที่ดี สายตายังไม่ประสานกันและทารก ยังไม่สามารถควบคุมสายตาได้ การมองจะเป็นการมองแบบไร้จุดหมาย ทารกจะเริ่มได้ยินเสียงต่าง ๆ ก่อนการมองเห็นสีต่าง ๆ ในระยะแรกทารกจะใช้เวลา 80 เปอร์เซ็นต์ ในการนอน จะตื่น 1-2 ชั่วโมงเท่านั้น จะหลับง่ายและสะดุ้งตื่นง่ายเมื่อมีเสียงรบกวน ในระยะแรก ๆ ต่อม่าน้ำตา ยังไม่ทำงาน เวลาร้องไห้จึงไม่มีน้ำตาออกมา

หัวใจของทารกแรกเกิดจะเต้นเร็วกว่าปกติ ในอาทิตย์แรก อัตราการหายใจสูงถึง 40-50 ครั้ง ต่อ 1 นาที เมื่อหนึ่งอาทิตย์ผ่านไป อัตราการหายใจจะลดลงเหลือ 35 ครั้งต่อนาที

การเคลื่อนไหวของทารกแรกเกิด มีลักษณะเป็นปฏิกิริยาสะท้อน (reflex) เช่น การหาวนอน การจาม การดูด จัดว่าเป็นพฤติกรรมที่ติดตัวมาแต่กำเนิด คือ ทารกสามารถทำได้ทันทีภายหลังคลอด ซึ่งปฏิกิริยาสะท้อนที่สำคัญมีดังนี้

- babinski reflex คือ ปฏิกิริยาที่เมื่อผู้ใหญ่ลูบเท้าเด็กเบา ๆ นิ้วเท้าจะกางออกคล้ายพัด ปฏิกิริยานี้จะหายไปเมื่อทารกอายุได้ประมาณ 5 เดือน
- moro reflex คือ ปฏิกิริยาที่เกิดขึ้นเมื่อทารกนอนหงาย ทารกจะกางแขนออกคล้าย ๆ จะโอบกอด ทั้งนี้เนื่องจากทารกตกใจหรือได้ยินเสียงดัง ปฏิกิริยานี้จะหายไปเมื่อทารกอายุได้ 4-6 เดือน
- pupillary reflex คือ การที่ตาของทารกจะขยายหรือหดต่อแสงสว่างมากน้อยได้ และทารกมักจะหันศีรษะไปตามแสงสว่างหรือแสงไฟได้ แต่เป็นไปอย่างช้า ๆ
- startle reflex คือ ทารกจะมีอาการสะดุ้ง ผวาต่อเสียงดัง ๆ
- rooting reflex คือ ถ้ามีใครมาสัมผัสหรือแตะที่แก้มทารก ทารกจะหันไปทางด้านนั้นอย่างรวดเร็ว โดยเฉพาะถ้าเป็นหัวนมของแม่มาสัมผัส
- grasping reflex คือ ถ้ามารดาหรือใครก็ตาม ใช้นิ้วมือมาแตะที่ฝ่ามือของทารก ทารกจะจับนิ้วมือนั้นแน่น
- withdrawal reflex คือ ทารกจะถอยหนีต่อความเจ็บปวด เช่น จากการดูดนมที่ร้อนเกินไป หรือถูกเข็มแทง จะแสดงอาการถอยหนี และร้องไห้
- drawinean reflex คือ เมื่อนำวัตถุหรือสิ่งของไปให้เด็กจับเด็กจะจับแน่นไม่ยอมปล่อย
- walking reflex คือ ถ้าจับใต้ไหล่ทารกทั้งสองข้าง ยกทารกให้ฝ่าเท้าสัมผัสพื้น ทารกจะก้าวขาในลักษณะที่คล้ายกับการเดิน ปฏิกิริยานี้จะหายไปเมื่อทารกอายุได้ประมาณ 2 เดือน

## 1.2 พัฒนาการทางด้านอารมณ์ (emotional development)

อารมณ์ของทารกมักจะเกิดใน 3 ลักษณะ คือ อารมณ์รัก อารมณ์โกรธและอารมณ์กลัว ทารกบางคนอาจจะมีเฉพาะอารมณ์ตื่นเต้นไม่แจ่มใสและอารมณ์ที่ขี้บอกลบกันไป เช่น เวลาหิวเด็กจะไม่ยิ้มแย้ม ถ้าได้นมก็ดีใจ ในด้านการร้องไห้ของทารกนั้น ถือว่าเป็นลักษณะธรรมชาติสำหรับทารกทุกคน เป็นการเรียกร้องให้รู้ว่าทารกต้องการอะไร หรือว่าร้องไห้เพราะเกิดเจ็บป่วย หรือหิว เสียงร้องไห้ของทารกมักจะบอกถึงสาเหตุด้วย และสิ่งที่พึงจดจำ คือ การร้องไห้ของทารกทุกครั้งจะต้องมีสาเหตุเสมอ เช่น ที่นอนเปียกชื้น มดกัด หรืออื่น ๆ เป็นต้น

### 1.3 พัฒนาการด้านบุคลิกภาพ (personality development)

พันธุกรรมและสิ่งแวดล้อมเป็นสิ่งสำคัญมากในการกำหนดบุคลิกภาพของเด็ก Freud เชื่อว่า เด็กแรกเกิดจะมีแต่อิด (id) ซึ่งจะสนองความต้องการทางร่างกายของตนเป็นส่วนใหญ่ แต่เมื่ออายุได้ 2 สัปดาห์แล้ว ทารกเริ่มเรียนรู้วิธีที่จะตอบสนองให้ตนพอใจมากขึ้น แต่ยังยึดตนเองเป็นศูนย์กลาง เมื่อเขาต้องการอะไรจะต้องมีผู้มาสนองอยู่ตลอดเวลา ส่วน อีโก(ego) และ ซุปเปอร์อีโก (super ego) ซึ่งเป็นตัวที่ยอมรับความเป็นจริงและควบคุมให้มีการกระทำที่เหมาะสมนั้น จะเริ่มทำงานเมื่อเด็กโตขึ้น อย่างไรก็ตาม การกระทำจะเหมาะสมสอดคล้องกับกฎเกณฑ์ของสังคมเพียงใดขึ้นอยู่กับการศึกษา การให้ความรัก ความอบอุ่น และการอบรมสั่งสอนที่ทารกได้รับด้วย

## 2) พัฒนาการวัยทารก

อายุระหว่าง 2 สัปดาห์ถึง 2 ปี ในระยะนี้ทารกจะเรียนรู้อย่างรวดเร็ว มีการเปลี่ยนแปลงในด้านหน้าตาและจิตใจอย่างเห็นได้ชัด

### 2.1 พัฒนาการทางด้านร่างกาย (physical development)

ทารกมีการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็ว เมื่ออายุได้ 5 เดือน จะมีน้ำหนักเป็น 2 เท่าของทารกเมื่อแรกเกิด เมื่ออายุได้ 1 ปี จะมีน้ำหนักเป็น 3 เท่า ของเมื่อแรกเกิดและเมื่ออายุประมาณ 6 เดือน น้ำหนักจะเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว แต่เมื่ออายุประมาณ 3 ปี พบว่าอัตราของน้ำหนักจะลดลง เนื่องจากระยะนี้ทารกจะต้องออกกำลังในการหัด นั่ง ยืน เดิน

ในด้านส่วนสูงนั้นพบว่า ในขวบปีแรกทารกจะมีส่วนสูงประมาณ 75 เซนติเมตร และเมื่ออายุ 4 ปี จะสูงเป็น 2 เท่าของเมื่อแรกเกิด

การเห็นและการได้ยินนั้น ทารกจะได้ยินหลังจากการคลอดแล้ว 1 สัปดาห์ ส่วนการมองเห็น เด็กจะมองเห็นเมื่ออายุ 2-3 เดือน เมื่อเข้าเดือนที่ 4 สามารถมองตามวัตถุได้ เริ่มยิ้มตอบกับผู้อื่น และจะใช้สายตาได้ดีขึ้นเมื่ออายุประมาณ 6 เดือน

### 2.2 พัฒนาการด้านการเคลื่อนไหว (motor development)

การพัฒนาด้านการเคลื่อนไหว จะรวมถึงการประสานงานของกล้ามเนื้อและการควบคุมกิจกรรมของร่างกาย ซึ่งก่อนที่จะสามารถควบคุมการประสานงานของกล้ามเนื้อได้จะต้องมีการพัฒนาของเส้นประสาท กล้ามเนื้อและกระดูกอ่อน โดยเฉพาะจะต้องมีการเจริญเติบโตของสมอง ดังนั้นทารกจะยังไม่สามารถนั่ง ยืน หรือเดินได้ดีจนกว่า ซีลีเบลลัม (cerebellum) ซึ่งเป็นสมอง

ส่วนที่มีหน้าที่ควบคุมการทรงตัวจะมีการพัฒนาแล้ว การพัฒนาด้านการเคลื่อนไหวจะเป็นไปอย่างรวดเร็วมากใน 18 เดือนแรกของชีวิต อย่างไรก็ตามการพัฒนาในด้านนี้ มิได้เกิดขึ้นจากเวลาและวุฒิภาวะ แต่จะมีการเรียนรู้และการฝึกปฏิบัติเข้ามาเกี่ยวข้องเป็นสำคัญ ได้มีนักการศึกษาหลายท่านพยายามตัดสินว่า ระหว่างวุฒิภาวะและการเรียนรู้สิ่งใดจะมีความสำคัญต่อพัฒนาการด้านการเคลื่อนไหวมากกว่ากัน แต่ก็พบว่ากรฝึกฝน (training) จะไม่ช่วยให้เด็กมีการพัฒนาทางนี้เพิ่มขึ้นมากนัก ถ้าเด็กยังไม่มีความพร้อมทางด้านร่างกาย อย่างไรก็ตามถ้าขาดการฝึกฝน และการปฏิบัติแล้ว เด็กก็ไม่สามารถพัฒนาการได้ ดังนั้นจึงหมายความว่า ทั้งวุฒิภาวะและการฝึกปฏิบัติ นั้น มีความสำคัญต่อการพัฒนาการด้านการเคลื่อนไหวอย่างเท่าเทียมกัน

ตารางที่ 1 แสดงพัฒนาการด้านการเคลื่อนไหวของทารกอายุ 1-24 เดือน (Gender & Gardiner, 1981)

อายุ (เดือน)	ความสามารถทางการเคลื่อนไหว
1 1/2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- นอนคว่ำยกศีรษะ</li> <li>- การเคลื่อนไหวของร่างกายที่เกิดจากปฏิกิริยาสะท้อน</li> <li>- การกำสิ่งของที่เกิดจากปฏิกิริยาสะท้อน</li> <li>- การมองตามสิ่งของที่เคลื่อนไหวช้า ๆ ได้ในระยะสั้น ๆ</li> </ul>
2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ยกแขนขณะนอนหงายได้</li> </ul>
3	<ul style="list-style-type: none"> <li>- เริ่มใช้มือพายหรือบิดสิ่งของต่าง ๆ</li> <li>- นั่งได้โดยมีการประคอง</li> <li>- จ้องมองมือตนเอง</li> </ul>
5 1/2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- คว่ำและกำสิ่งของ บางครั้งจะหยิบใส่ปาก</li> <li>- ถือขวดนมเองได้ เขย่าของเล่นที่ทำให้เกิดเสียงได้</li> <li>- นำของเล่น 2 ชิ้นมาเคาะกัน หรือเคาะกับสิ่งอื่น</li> </ul>
6 1/2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- นั่งได้เองโดยไม่ต้องประคอง</li> <li>- รู้จักเล่นกับสิ่งของต่าง ๆ</li> </ul>
7	<ul style="list-style-type: none"> <li>- คลาน</li> </ul>
8	<ul style="list-style-type: none"> <li>- เกาะเฟอร์นิเจอร์และดึงตัวเองขึ้นยืน</li> </ul>
9	<ul style="list-style-type: none"> <li>- เดินโดยเกาะเฟอร์นิเจอร์</li> </ul>

ตารางที่ 1 พัฒนาการด้านการเคลื่อนไหวของทารกอายุ 1-24 เดือน (ต่อ)

อายุ (เดือน)	ความสามารถทางการเคลื่อนไหว
10	<ul style="list-style-type: none"> <li>- เริ่มใช้นิ้วหัวแม่มือและนิ้วชี้ในการหยิบของ</li> <li>- เล่นตบมือ</li> <li>- นั่งลงได้เอง</li> </ul>
11	<ul style="list-style-type: none"> <li>- เปิดฝากล่องได้</li> <li>- ใช้นิ้วชี้หยิบสิ่งของได้</li> <li>- เริ่มปล่อยสิ่งของให้หล่นจากมืออย่างจงใจ</li> <li>- เริ่มมีความถนัดในการใช้มือข้างใดข้างหนึ่งมากกว่า</li> <li>- ยืนได้เอง โดยลำพัง</li> </ul>
11 ½	<ul style="list-style-type: none"> <li>- เดินได้เองโดยลำพัง</li> <li>- ย่อลงและยืนขึ้นได้</li> <li>- หยิบของชิ้นเล็กออกจากถ้วย</li> <li>- เลียนแบบท่าทางการขีดเขียน</li> </ul>
13	<ul style="list-style-type: none"> <li>- กลิ้งบอลให้ผู้ใหญ่ได้</li> <li>- ใส่ของชิ้นเล็ก ๆ ลงในกล่องและเอาออกได้</li> <li>- ต่อดูภาคที่ซ้อนกันได้ 2 ก้อน</li> </ul>
14	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ขึ้นบันไดได้</li> </ul>
16	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ต่อดูภาคที่ซ้อนกันได้ 3-4 ก้อน</li> <li>- ขีดเขียนได้</li> <li>- เปิดหนังสือได้ที่ละ 2-3 หน้า</li> </ul>
18-24	<ul style="list-style-type: none"> <li>- แสดงความถนัดโดยใช้มือข้างใดข้างหนึ่งอย่างชัดเจน</li> <li>- ต่อดูภาคที่ซ้อนกันได้ 4-6 ก้อน</li> <li>- ต่อดั้วต่ออย่างง่าย ๆ ได้ 3 ชั้น</li> <li>- เปิดหนังสือที่ละ 1 หน้า</li> <li>- เดินไปด้านข้าง และเดินถอยหลังได้</li> </ul>

### 2.3 พัฒนาการทางด้านอารมณ์ (emotional development)

ทารกแรกเกิด อารมณ์ของทารกมีลักษณะที่แยกไม่ออก ต่อจากนั้นอารมณ์จะค่อย ๆ พัฒนาขึ้นตามวุฒิภาวะและการเรียนรู้ อารมณ์ที่พัฒนาขึ้นมาในระยะนี้มีดังนี้ คือ

1) โกรธ เมื่อทารกถูกขัดขวางที่จะทำในสิ่งที่เขาต้องการ อารมณ์โกรธนี้มักจะปรากฏเมื่อทารกอายุ 6 เดือน และพบว่าจะมีบ่อยขึ้นภายหลังจากนี้ อาการของการโกรธคือ เด็กจะส่งเสียงร้องอย่างไม่สงบอารมณ์

2) กลัว ทารกมักจะเริ่มกลัวคนแปลกหน้า กลัวเสียงดัง กลัวสัตว์แปลก ๆ ที่ยังไม่เคยเห็น สถานที่ซึ่งไม่คุ้นเคย กลัวห้องมืด เมื่อเกิดความกลัว ทารกจะถอยหนี ร้องไห้ หันหน้าหนี เพื่อเรียกร้องของความช่วยเหลือจากผู้ใหญ่ ในบางครั้งความกลัวก็อาจเป็นสิ่งที่กระตุ้นให้ทารกเกิดความอยากรู้อยากเห็นก็ได้

3) อิจฉาริษยา เกิดจากการรวมเอาอารมณ์โกรธและกลัวเข้าด้วยกัน มักเกิดได้โดยง่ายเมื่อมีน้องและบิดามารดาแสดงการเอาใจใส่น้องเป็นพิเศษ ทำให้ตนเองขาดความสำคัญไป นอกจากนี้อาจจะเกิดจากการที่บิดามารดาไม่ได้อธิบายให้บุตรเข้าใจถึงสภาพเป็นจริงและทำให้ทารกขาดความอบอุ่นก็เป็นได้

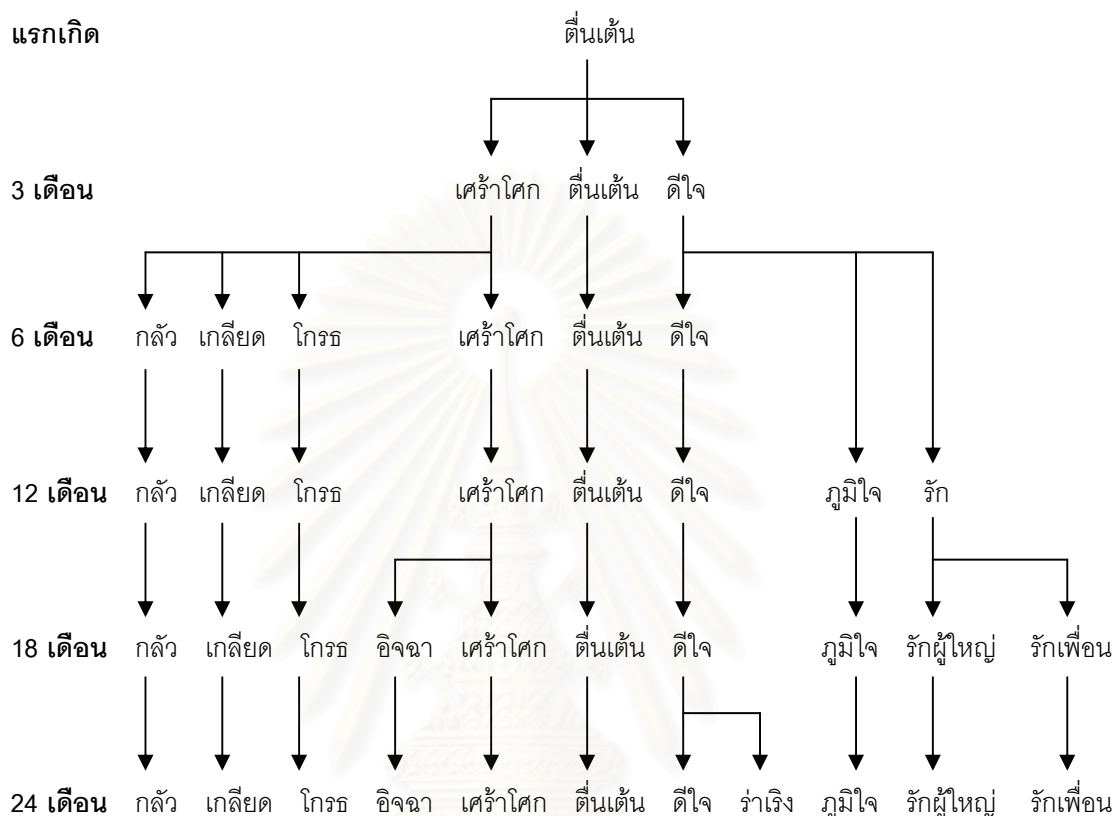
4) อยากรู้อยากเห็น มักพบในทารกอายุ 2-3 เดือน ในระยะนี้ ถ้าทารกได้รับสิ่งเร้าที่รุนแรงก็จะรู้สึกสนใจขึ้นมา ระยะนี้ทารกมักจะอยากรู้อยากเห็นสิ่งแปลก ๆ ใหม่ ๆ ความกลัวก็เป็นลักษณะหนึ่งซึ่งช่วยให้ทารกเกิดความอยากรู้อยากเห็น

5) ดีใจ เป็นอารมณ์แห่งความรื่นรมย์ มีความสุข มักเกิดขึ้นกับทารกที่มีสุขภาพดี ในระยะ 2-3 เดือนหลังคลอด ทารกจะรู้จักยิ้มหรือหัวเราะเมื่อมีความพอใจ เมื่อทารกอายุได้ประมาณ 2 ปี จะรู้จักยิ้มกับผู้อื่นหรือร่วมหัวเราะไปกับผู้อื่นได้เมื่อรู้สึกพอใจ

6) รัก ทารกจะแสดงความรักออกมาโดยการกอดรัดแล้วแต่เด็กแต่ละคน ความรักจัดเป็นอารมณ์ที่รื่นรมย์ของทารกที่ได้รับการเอาใจใส่จากบิดามารดาเป็นอย่างดี ทารกจะเริ่มรักตัวเองก่อน ต่อมาจึงจะเริ่มรักผู้อื่นเป็น นอกจากนี้ทารกอาจจะรักสิ่งของ ๆ ตน หรือรักสัตว์เลี้ยงก็ได้



### แผนผังลักษณะอารมณ์ของเด็กทารกตั้งแต่แรกเกิดจนถึงอายุ 2 ปี



#### 2.4 พัฒนาการทางสังคม (social development)

ตั้งแต่ทารกเกิดมาทารกจะเริ่มมีความสัมพันธ์กับผู้ใกล้ชิด เช่น บิดามารดา หรือพี่เลี้ยง ตลอดจนญาติพี่น้องภายในครอบครัวก่อนอื่น เมื่อทารกอายุได้ประมาณ 2-3 สัปดาห์ ทารกจะเริ่มมีปฏิกริยาตอบสนองเสียง โดยเฉพาะเสียงที่คุ้นหู คือ เสียงของมารดา หรือคนเลี้ยง

ในระยะนี้ถ้าทารกได้รับความสุขและความอบอุ่นจากคนในครอบครัว จะช่วยให้ทารกรู้สึกมีความมั่นใจและอบอุ่นในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น เป็นการวางรากฐานของการพัฒนาทางสังคมในระยะต่อไป ของทารกอีกด้วย

การร้องไห้ของทารกจัดเป็นการเรียกร้องในสิ่งที่ทารกต้องการวิธีหนึ่งในบางครั้งการร้องไห้ช่วยให้แม่เข้ามาหาทารก หรือรีบเอานมให้ หรืออุ้มพาไปเที่ยว อย่างไรก็ตามถ้าทารกได้รับความอบอุ่นอย่างเพียงพอ ทารกอาจจะใช้วิธีอื่นแทนการร้องไห้เพื่อเรียกร้องความสนใจก็ได้ มารดาหรือผู้เลี้ยงดูไม่ควรใช้อารมณ์กับทารกเป็นอันขาดเพราะถ้าทำเช่นนั้นทารกจะใช้วิธีร้องไห้ในการเรียกร้องสิ่งที่ต้องการตลอดไป

ทารกจะมีปฏิกริยาต่อคนแปลกหน้าในทางที่ดีขึ้นถ้าหากได้รับการติดต่อกับคนแปลกหน้าอย่างอบอุ่นและค่อยเป็นค่อยไป และได้รับความสนุกสนานไปด้วย วิธีนี้จะช่วยให้ทารกเริ่มสมาคมกับคนภายนอกครอบครัวได้วิธีหนึ่งด้วย

ในระยะนี้มารดาหรือพี่เลี้ยงอาจจะฝึกฝนในการกินอาหารเป็นเวลาและฝึกฝนให้มีระเบียบในการกิน ตลอดจนการฝึกฝนทางด้านมารยาททางสังคมบ้าง เช่น ให้อุ้มจุกให้ vúใหญ่ หรือยิ้ม ทักทายผู้ที่คุ้นเคย เป็นการวางรากฐานของพัฒนาการทางด้านนี้เป็นอย่างดี

## 2.5 พัฒนาการทางด้านสติปัญญา (cognitive development)

พัฒนาการด้านนี้ ขึ้นอยู่กับพันธุกรรมและสิ่งแวดล้อมของทารกอยู่มากก็จริง แต่เราพอจะแยกให้เห็นได้ชัดเจนว่า พัฒนาการด้านนี้มีอิทธิพลมาจากการที่ทารกได้เล่นกับเพื่อนๆ หรือเริ่มเข้าใจภาษาโดยที่สามารถฟังคนอื่นเข้าใจ ตลอดจนการพัฒนากล้ามเนื้อบางส่วน เช่น ตา หู เป็นต้น การได้เห็นได้ฟังจะช่วยให้ทารกค่อย ๆ เรียนรู้สิ่งแวดล้อมได้ดีขึ้น

Piaget (1965) เชื่อว่า พัฒนาการทางสติปัญญา คือ พัฒนาการทางหลักตรรกศาสตร์ หรือ เหตุผล นั่นเอง

พัฒนาการทางสติปัญญาของทารกตั้งแต่แรกเกิดจนถึง 2 ปี เกี่ยวข้องกับประสาทรับรู้และการเคลื่อนไหว ซึ่งเริ่มจากปฏิกิริยาสะท้อนที่ได้มาตั้งแต่กำเนิด เช่น การกำมือ แบนมือ ดูดมือ เป็นต้น ต่อมาก็เปลี่ยนรูปเป็นการทำงานประสานกัน โดยเด็กเริ่มรู้จักตนเองและสิ่งแวดล้อม การพัฒนาระยะนี้อาจแบ่งย่อยได้ดังนี้

1. ขั้นปฏิกิริยาอัตโนมัติ (reflexive phase) อายุ 0-1 เดือน เป็นระยะการเคลื่อนไหวโดยทั่วไปของทารกที่ได้มาแต่กำเนิด เช่น กางมือ กำมือ แบนมือ ดูดมือ งอขา เขยียดขา และการเคลื่อนไหวของร่างกาย

2. ขั้นปฏิกิริยาวงกลมขั้นปฐมภูมิ (primary circular reactions) อายุ 1-4 เดือน เป็นระยะที่เด็กมีพฤติกรรมของการเคลื่อนไหวที่เกิดขึ้นโดยบังเอิญ และพอใจเพลิดเพลิน จึงกระทำซ้ำ ๆ กลายเป็นพฤติกรรมใหม่วนเวียนเป็นวงกลมติดเป็นนิสัย เช่น การอมสิ่งของ หรือการดูดนิ้วมือ ระยะนี้เด็กเริ่มเห็นความสำคัญของสิ่งแวดล้อมที่อยู่รอบตัว ความสนใจอยู่ที่การเคลื่อนไหวมากกว่าผลของการเคลื่อนไหว

3. ขั้นปฏิกิริยาวงกลมทุติยภูมิ (secondary circular reactions) อายุ 4-8 เดือน เป็นระยะที่เด็กเริ่มทดลองทำอะไรซ้ำ ๆ เพื่อให้สิ่งที่ตนพอใจนั้นคงอยู่ตลอดไป เช่น เด็กใช้เท้าเขี่ยปลาที่แขวนอยู่ในเปล แล้วปลาแกว่งไปมา เด็กเกิดความพอใจ เด็กจะทำซ้ำอีกเพื่อให้เกิดผล

อย่างเดียวกัน แล้วขยายต่อไปยังสิ่งอื่น ๆ ที่แขวนอยู่ เพื่อดูว่าเกิดผลอย่างเดียวกันหรือไม่ เป็นการกระทำโดยใช้ตัวเองเป็นสาเหตุให้เกิดผล

4. ขั้นเกิดจากการประสานปฏิกริยาวงกลมขั้นทุติยภูมิ (coordination of secondary reactions) อายุ 8-12 เดือน ระยะเวลาเริ่มแก้ปัญหาอย่างง่าย ๆ เป็นการกระทำที่ริเริ่มเอง มีจุดมุ่งหมายของตนเอง มีการเชื่อมโยงวิธีการกับจุดหมายปลายทาง โดยใช้พฤติกรรมเก่า ๆ มาช่วย เช่น รู้จักตีผ้าให้ออกจากตัวเมื่อรู้สึกร้อน

5. ขั้นปฏิกริยาวงกลมตติยภูมิ (tertiary circular reactions) อายุ 12-18 เดือน เป็นขั้นที่เด็กใช้วิธีลองผิดลองถูก การแก้ปัญหาจะไม่ทำซ้ำซากอย่างเคย เด็กจะสำรวจวัตถุทุกแง่มุม ว่าตนจะกระทำต่อวัตถุได้อย่างไรบ้าง เด็กเข้าใจว่าตนสามารถกระทำต่อวัตถุในรูปแบบต่างๆ ได้

6. ขั้นคิดหาวิธีใหม่ ๆ (intervention of new means through internal mental combination) อายุ 18 เดือน ถึง 24 เดือน เป็นขั้นที่เด็กเริ่มทดลอง รวบรวมความคิดจากในสมองหาวิธีการใหม่ ๆ ซึ่งไม่เคยเห็นหรือไม่เคยกระทำมาก่อน ความคิดเริ่มเปลี่ยนระดับจากการใช้แต่เพียงประสาทรับรู้และการเคลื่อนไหวเพื่อช่วยในการคิดมาเป็นระดับการสร้างความคิดรวบยอด เริ่มเห็นสัญลักษณ์ของวัตถุในแง่ที่อาจนำมาใช้แทนวัตถุจริงได้

โสภภาพรณ รัตนัย (2540) ได้สรุปพัฒนาการของเด็กทารกแรกเกิดถึง 1 ปี ไว้ 4 ด้าน ดังนี้ ตารางที่ 2 พัฒนาการของทารกวัยแรกเกิดถึง 1 ปี (โสภภาพรณ รัตนัย, 2540)

อายุ (เดือน)	พัฒนาการในแต่ละด้าน			
	การเคลื่อนไหว	ภาษา	สมอง	อารมณ์และสังคม
0-1 สัปดาห์	<ul style="list-style-type: none"> <li>*หนัก 3-3.5 กก.</li> <li>*ยาว 50 ซม.</li> <li>*ขยับร่างกายจากปฏิกริยาสะท้อน</li> <li>*ตอบได้การเปลี่ยนแปลงกระตุ้นหันด้วยการบิดตัว</li> <li>*ขยับหัวจากข้างหนึ่งไปข้างหนึ่ง</li> <li>*เวลานอนคว่ำจะกางแขนขาในท่ากบ</li> <li>*เมื่อถูกจับให้นั่งหัวเด็กจะทิ่มไปข้างหน้า</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>*เสียงเหมือนลูกแมว</li> <li>*ร้องอู๋อู๋</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>*มองเห็นรูปร่าง แสงเห็นได้ในระยะห่างประมาณ 20 เซนติเมตร</li> <li>*ไวต่อเสียง จำแนกเสียงแหลม หัวใจได้</li> <li>*จำแนกความใกล้ไกลได้ หยุดร้องเมื่อถูกอุ้ม</li> <li>*จำแนกรสชาติได้</li> <li>*ตื่นตอนกลางวันแค่ 3%</li> <li>*หยุดดูดนมเพื่อหันไปมอง</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>*แสดงความตื่นเต้นเดือดร้อน</li> <li>*ยิ้มโดยไม่มี</li> <li>ความหมาย</li> <li>*ชอบการกระตุ้นด้วยเสียงอ่อนโยน</li> <li>*พยายามจ้องหน้า</li> <li>จับเสียง</li> <li>*กินนมวันละ 7-8 ครั้ง</li> <li>*อุจจาระบ่อย</li> <li>ไม่เป็นเวลา</li> <li>*นอน 80% ึ่งวันละ 7-8 ครั้ง</li> </ul>

ตารางที่ 2 พัฒนาการของทารกวัยแรกเกิดถึง 1 ปี (ต่อ)

อายุ (เดือน)	พัฒนาการในแต่ละด้าน			
	การเคลื่อนไหว	ภาษา	สมอง	อารมณ์และสังคม
1 เดือน	<ul style="list-style-type: none"> <li>* การเคลื่อนไหวของแขนขายังเป็นไปโดยอัตโนมัติ</li> <li>* คอยงอแขนงอขาไปข้างหน้าถ้าไม่จับไว้</li> <li>เวลนอนคิดว่าจะผงกหัวได้ชั่วคราว</li> <li>* ตะแคงตัวไปทางหนึ่งได้</li> <li>* เกร็งคอกับหลังได้เมื่อถูกจับตั้งตัวให้นั่ง</li> <li>* มักชอบกำมือ</li> <li>จับข้อมือเล่นได้ชั่วคราวก็ปล่อย</li> <li>* จ้องเขม็งดูสิ่งของไม่ไขว่คว้า</li> <li>* ใช้สายตามากขึ้น</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* นอกจากร้องไห้แล้วเริ่มส่งเสียงอ้ออในลำคอ</li> <li>* ตอบโต้กับเสียงที่ได้ยิน</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ชอบของที่สีสดใขนาดใหญ่</li> <li>* กรอกตาไปข้าง ๆ เพื่อมองสิ่งของหรือแสงสว่าง ตื่นเต้นเมื่อเห็นคนหรือของเล่น</li> <li>จ้องมองเขม็งอยู่ได้ไม่นาน</li> <li>* จำของที่เห็นได้ในชั่วสองวินาที หวังว่าจะต้องได้กินนมตรงเวลา</li> <li>* เงียบเสียงเวลาถูกอุ้มหรือเห็นหน้าแม่</li> <li>มักร้องไห้เต็มเสียงเวลาต้องการความช่วยเหลือ</li> <li>* ทำท่าสบาย ๆ ได้มากขึ้น</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* พยายามไม่พอใจกับความปลอดภัย</li> <li>* ยิ้มตอบกับใบหน้าหรือเสียงที่ได้ยิน</li> <li>* ตามองหน้าแม่เขม็งเวลาแม่ยิ้มด้วย</li> <li>* ปรับทำตัวเองให้สบายเวลาถูกอุ้ม ชอบกำนิ้วมือแม่ ดูนมแม่ได้ดี</li> <li>* จำเสียงพ่อแม่ได้</li> <li>* ส่วนใหญ่มักแสดงสีหน้าว่างเปล่าไม่รู้ภาษาใด ๆ</li> <li>* พยายามจัดระเบียบการกิน นอน ยังร้องไห้โยเยอยู่ กินนม 6 ครั้งต่อวัน ถ่ายอุจจาระวันละ 3-4 ครั้ง</li> </ul>

ตารางที่ 2 พัฒนาการของทารกวัยแรกเกิดถึง 1 ปี (ต่อ)

อายุ (เดือน)	พัฒนาการในแต่ละด้าน			
	การเคลื่อนไหว	ภาษา	สมอง	อารมณ์และสังคม
2 เดือน	<p>* สะดุ้งตกใจ โดยอัตโนมัติ บางครั้ง บิดแขนขาไปมา</p> <p>* เวลาถูกอุ้มจะชันคอตั้ง นอนหงายจะขยับศีรษะไปมาและเกร็งท่ามุม 45 องศาได้</p> <p>* ยึดอุ้งมือของตัวเองได้อย่างตั้งใจ</p> <p>* กำของไว้ในมือได้นาน 2 นาทีหรือนานกว่านั้น อาจปกป้องของตรงหน้าได้</p>	<p>* เปล่งเสียงอ้อออกจากลำคอ ยังฟังไม่เป็นเสียงมนุษย์</p> <p>* เสียงที่เปล่งออกมาส่วนใหญ่เป็นเสียงร้องไห้</p> <p>* สนใจในเสียงที่ได้ยิน</p> <p>* มีปฏิกิริยาโดยชี้ร่างกายแสดงออกในการเคลื่อนไหว สามารถคว้าของเองโดยตั้งใจ</p>	<p>* ตกใจในเสียงที่ได้ยิน หรือแสดงปฏิกิริยาออกมาทางสีหน้า</p> <p>* จ้องมองไปรอบตัว นานๆ</p> <p>* ตามองตามวัตถุที่เคลื่อนไหวไปมา</p> <p>ให้ความสนใจได้นานขึ้น</p> <p>จ้องมองของชิ้นหนึ่งได้ เข้มแข็ง</p> <p>* เฝ้ายับเสียงเวลาถูกอุ้ม หรือได้ยินเสียงคน</p> <p>* ชอบจ้องมองผู้คนมากกว่าสิ่งของ</p> <p>* ทำสิ่งหนึ่งซ้ำๆ เพราะความสนุกสนาน ประการเดียว</p> <p>* ทำอะไรได้ที่ละอย่าง</p> <p>* ชอบมองดูมือตัวเอง เริ่มติดนิสัยถนัดซ้ายขวา</p> <p>* แบ่งแยกคน เสียงอาหาร กลิ่น รสชาติ ขนาดได้ สามารถเชื่อมโยงของสองสิ่งเข้าด้วยกันได้ เช่น แม่กับนม</p>	<p>* แสดงท่าทางเหนื่อย ตื่นเต้น พอใจ</p> <p>* นอกจากแม่แล้วยังยิ้มให้คนอื่น ๆ เช่น พ่อ พี่</p> <p>* เวลาตื่นตื่นจะขยับกระพือแขนขาและส่งเสียง ตามองตามคน</p> <p>ชอบรูปทรงสามมิติ มากกว่ารูปภาพ เช่น ชอบคนมากกว่ารูปภาพ</p> <p>* เฝ้ายับเสียงเมื่อได้ยินเสียง เห็นหน้าคน หรือมีคนมาอุ้ม</p> <p>* การกระตุ้นส่วนใหญ่คือรอยยิ้ม การสัมผัส</p> <p>* อาจกินนมตอนกลางคืนแค่หนึ่งเดียว</p> <p>* ถ่ายวันละสองครั้ง ตอนใกล้กินอาหาร</p> <p>* ตื่น 10 ชั่วโมง ในรอบ 24 ชั่วโมง นอนหลับครั้งละ 2-4 ชั่วโมง</p> <p>นอนกลางคืนรวดเดียว 7 ชั่วโมง</p> <p>* ชอบเล่นน้ำเวลาอาบน้ำ</p>

ตารางที่ 2 พัฒนาการของทารกวัยแรกเกิดถึง 1 ปี (ต่อ)

อายุ (เดือน)	พัฒนาการในแต่ละด้าน			
	การเคลื่อนไหว	ภาษา	สมอง	อารมณ์และสังคม
3 เดือน	<p>*เปลี่ยนแปลงปฏิกริยาแบบอัตโนมัติมาควบคุมร่างกายได้ อากาการคออ่อนเริ่มหายไป นอนหงายผงกหัวได้ ขยับแขนขาไปข้างตัว เวลาถูกอุ้มขึ้นมาจะหือตัว</p> <p>*เวลานอนคว่ำจะชันคอได้พร้อมยกหน้าอกได้ 10 วินาที อาจผงกหัวได้นานหลายนาที</p> <p>*นั่งได้โดยการประคอง</p> <p>*ชอบกางมือ</p> <p>ยัคว่าของเองไม่ถนัดได้แต่ไขวคว่า เอ้อมมือสองข้างไปที่ของ</p> <p>ชอบกำมือเวลาเตะของ</p>	<p>*ส่งเสียงพยางค์เดียวซ้ำ เช่น อ้อ อ้อ อู อู</p> <p>ทำเสียงอ้อออ</p> <p>อยู่ในลำคอ</p> <p>*ร้องไห้น้อยลง</p> <p>*ส่งเสียงอ้อออไปเองตามสภาพแวดล้อม</p> <p>อ้อออตอบเสียง และรอยยิ้มของแม่</p> <p>*ฟังเสียงรอบตัว</p> <p>จำแนกเสียงพูดได้</p>	<p>*ตื่นได้ 3 ใน 4 ชั่วโมงต่อครั้ง</p> <p>*ตามองตามจากข้างหนึ่งไปอีกข้างในเวลา 10 วินาที ถ้าขงนั้นอยู่ห่างตาแค่ 2 ฟุต</p> <p>พยายามเพ่งมองของเล่นหรือรูปที่อยู่ไกล</p> <p>*มองตามของ พยายามใช้สมองมือคว่าของตรงหน้า กำของไว้ในมือเองได้ เล่นของเล่นแบบกรู้งกริ่งได้</p> <p>*แบ่งแยกความใกล้ไกลได้ หัดยึดหรือหัดแขน</p> <p>*เริ่มเบือกับเสียงหรือภาพซ้ำ ๆ</p> <p>*เริ่มแสดงว่ามีควมทรงจำ เช่น รอกการให้นม</p> <p>*ชอบมองมือตัวเอง</p> <p>ใช้มือสำรวจลูปคลำหน้า</p> <p>เริ่มรู้จักตนเองมากขึ้น</p> <p>*ชอบเล่นซ้ำ ๆ และดูผลลัพธ์</p> <p>*หยุดดูดูนิ้วเพื่อฟังเสียงมองและดูดูนิ้วไปพร้อมๆกันได้</p> <p>*กวาดตามองได้</p> <p>*สมองทำงานดีขึ้น</p> <p>ตอบโต้กับการกระตุ้น กลืนและคว่าของเองโดยสมัครใจ</p>	<p>*เริ่มรู้สึกว่ามีเท้าเป็นส่วนหนึ่งของร่างกาย</p> <p>*ยิ้มบ่อยขึ้น ร้องไห้น้อยลง แสดงสีหน้าและเสียงตามอารมณ์</p> <p>เวลาหิวจะร้องไห้</p> <p>เม้มปาก</p> <p>*จำหน้าแม่ได้</p> <p>*ขยับเนื้อตัว ตอบโต้กับคนที่คุ้นหน้า แสดงท่าทีกับแต่ละคนต่างกันไป อาจหยุดร้องไห้หรือร้องไห้ ขึ้นอยู่กับผู้อุ้ม ยิ้มส่งเสียงเวลาแม่อยู่ด้วย พยายามเรียกความสนใจจากแม่</p> <p>*หันหน้าไปตามเสียงพูดหรือเสียงคนที่คุ้นหู ส่งเสียงอ้อออเวลาไม่มีใครพูดด้วย</p> <p>*รูปแบบการกิน นอนเข้าที่ พร้อมจะกินอาหารเสริม</p> <p>*นอน 2 เวลา</p> <p>เข้า 2 ชั่วโมง</p> <p>บ่าย 2 ชั่วโมง</p> <p>ในตอนกลางวัน</p> <p>และตอนกลางคืน</p> <p>นอนประมาณ 10 ชั่วโมง</p>

ตารางที่ 2 พัฒนาการของทารกวัยแรกเกิดถึง 1 ปี (ต่อ)

อายุ (เดือน)	พัฒนาการในแต่ละด้าน			
	การเคลื่อนไหว	ภาษา	สมอง	อารมณ์และสังคม
4 เดือน	<p>*หันศีรษะไปได้ทุกทิศทาง เียดศีรษะตรงได้ชั่วคราว นอนคว่ำจะผงกหัวได้ 90 องศา</p> <p>*นอนคว่ำ เหยียดขาหรือแอ่นตัว พลิกตัวได้</p> <p>*ถ้าถูกจับให้ยืนจะเหยียดยัดแขนขาเกร็ง</p> <p>*นั่งโดยมีมือประคองรับข้างหลังได้นาน 15 นาที</p> <p>*ใช้มือและนิ้วได้ดีขึ้นคว้าของได้แต่ยังไม่แก้อาจใช้นิ้วชี้กับนิ้วกลางคีบของเล็ก ๆ ได้</p> <p>*ชอบของเล่นขนาดเล็กๆ เช่น ตุ๊กตา</p>	<p>*ส่งเสียงได้นาน 15 นาที เริ่มส่งเสียงยาว ๆ ฟังเหมือนพยางค์ยาวๆ</p> <p>*เสียงอ้ออที่เปล่งออกมามีลักษณะแหลมเล็กมากขึ้น</p> <p>*ร้องให้เสียงดัง</p> <p>*ส่งเสียงอ้อออเวลามีคนพูดด้วย</p> <p>*หัวเราะเอิ๊กอ๊ากดังลั่น</p> <p>*สามารถเลียนเสียงต่าง ๆ ได้หลายเสียง</p>	<p>*มองเห็นสีได้ เคนส์ สายตาปรับมองของในระยะใกล้ไกลได้</p> <p>*สนใจรายละเอียดในสิ่งต่าง ๆ มากขึ้น</p> <p>*มือกับตาประสานงานกันดี สามารถมองตามของที่ห้อยและเคลื่อนไหวอยู่</p> <p>*มือและขาไม่อยู่นิ่งชอบมองของใกล้ ๆ เอื้อมมือไปไขว่คว้าแล้วปล่อยมือ ชอบหยิบของเข้าปากอม</p> <p>*รู้ต้นลึก</p> <p>*มองที่ๆของตกลงมา</p> <p>*มีขอบเขตความจำ 5-7 วินาที</p> <p>*ยิ้มกับคนที่คุ้นหน้าจำแนกหน้าคนได้ ไม่ชอบคนแปลกหน้า</p> <p>*ชอบใช้นิ้วเล่นเพลีน ๆ ชอบยิ้ม พูด กับกระจกเงา เริ่มมีปฏิริยากับผู้คน รู้จักสถานที่แปลกใหม่</p> <p>ชอบของเล่นอันใดอันหนึ่งเป็นพิเศษ</p>	<p>*ส่งเสียงแสดงความพอใจ ไม่พอใจ ต่อต้านหัวเราะเวลาเข้าสังคม ร้องโยเยถ้าถูกขัดจังหวะ</p> <p>*พยายามปลดปล่อยตัวเองได้ เงียวได้ด้วยเสียงดนตรี</p> <p>*สนใจและยิ้มให้กับเงาของตัวเองในกระจก</p> <p>จำแนกหน้าแม่จากหน้าตนเองได้</p> <p>*ส่งเสียงเพื่อเรียกร้องความสนใจ เช่น เตะปาก ไอ กระดกลิ้น</p> <p>*สนใจการกินนม น้อยลงเพราะหิวเล่นเวลาได้ยินเสียงแม่ชงนมหรือเขย่าขวดนมจะหันไป สนใจทันที</p> <p>กระตือรือร้นอ้าปากรับอาหารเสริม ที่ป้อนให้กินอาหารเสริมได้ดี</p> <p>*ซบถ่ายเป็นเวลา</p> <p>*เตะ สาดน้ำเล่น เวลาอาบน้ำ</p>

ตารางที่ 2 พัฒนาการของทารกวัยแรกเกิดถึง 1 ปี (ต่อ)

อายุ (เดือน)	พัฒนาการในแต่ละด้าน			
	การเคลื่อนไหว	ภาษา	สมอง	อารมณ์และสังคม
5 เดือน	<p>*เวลานอนคว่ำจะยกหัวและหน้าอกสูงเหนือที่นอน ยกเท้ามาดูนิ้วหัวแม่เท้า</p> <p>*นอนคว่ำ เหยียดแขนขาตรง เขย่าตัวไปมา เหมือนเครื่องบินร่อน กลิ้งตัวพลิกคว่ำได้</p> <p>*ขยับตัวไปมาด้วยการเขย่า เวลาจับได้แขนสองข้างจะกระโดดขึ้นลง กระทั่งเท้าที่ละข้าง</p> <p>*นั่งได้นาน ๆ โดยมีหมอนรองรับข้างหลัง ไหล่ตรง</p> <p>*นั่งหรือดึงตัวให้นั่งได้ ทำคอแข็งได้ ผงกศีรษะมาข้างหน้า คว่ำของเล่นได้ในท่านี้</p> <p>*ใช้หัวแม่มือกับนิ้วชี้คว่ำของได้ กำของเล่นกรู้งกริ้งไว้ในมือ ถือขวดนมเองได้ด้วยสองมือ</p> <p>*เอื้อมมือคว้า กระระยะได้ดี</p> <p>*เปลี่ยนมือถือจากมือหนึ่งไปยังอีกมือหนึ่งหรือโบกของด้วยมือข้างใดข้างหนึ่ง</p>	<p>*เปล่งเสียงสระ เช่น อี อู เอ และเสียงพยัญชนะ ค ม บ ล</p> <p>*พูดอ้ออ้อ คนเดียวหรือกับของเล่น</p> <p>*อาจส่งเสียงแจ้วไม่เป็นภาษาเพื่อเรียกจุดสนใจ</p> <p>*ชอบจ้องมองปากใกล้ ๆ มักทดลองออกเสียงเองหลังจากได้ยินคนอื่นพูด พยายามเลียนเสียง</p> <p>*ตอบโต้กับเสียงคนมากขึ้น หันหน้าไปมองหาตัวคนพูด</p> <p>เข้าใจชื่อคน</p>	<p>*ตื่นอยู่ได้นานถึงสองชั่วโมง ชอบมองหาสิ่งแปลกใหม่ หันหน้าไปตามเสียงหรือมองหาของที่หายไป</p> <p>*ตากับมือประสานงานกันดีในการไขว่คว้าของเหลือบมองระหว่างมือกับของสลับกัน</p> <p>ใช้สองมือเอื้อมหาของ</p> <p>*ชอบจับ กำ กอด พลิกเขย่า ชิม ดูด ของเล่น</p> <p>*สายตามองหาของที่เคลื่อนไหวและของที่ตกได้ สามารถหยิบของที่บังกะตะตรงหน้าได้</p> <p>*จำของที่คุ้นตาได้</p> <p>จำการกระทำที่เพิ่งทำไปในอดีตได้</p> <p>*จำรูปแบบหน้าคนได้ จำหน้าพ่อแม่พี่น้องแยกจากคนอื่น ๆ ได้</p> <p>อาจกลัวคนแปลกหน้า โดยเฉพาะผู้หญิง</p> <p>*คิดค้นเสียงและท่าทางแปลก ๆ ชอบทำสิ่งที่ตนสนใจซ้ำ ๆ</p> <p>*กำของเล่นไว้ มองหาของอีกอันแล้วโยนอันแรกทิ้งหันไปเล่นอันที่สองแทน</p>	<p>*แสดงความกลัว โกรธ ไม่พอใจ</p> <p>*จำแนกตัวเองกับแม่ ในกระจกได้ ยิ้มและส่งเสียงอ้อออกกับเงาในกระจก อาจเอามือทูปกระຈကလေး</p> <p>*ทำหน้าที่เลียนแบบ</p> <p>*ยิ้มกับหน้าและเสียงคน จำแนกหน้าที่คุ้นกับคนแปลกหน้าได้ ยิ้มและส่งเสียงอ้ออาเพื่อเข้าสังคม</p> <p>*แสดงอาการร่ำมวงด้วยโบกมือหรือยกแขนให้ยิ้มขึ้น พยายามทำท่าเรียกให้คนมาใกล้ ๆ</p> <p>เตี้ยง ชบอเวลามีคนอุ้ม</p> <p>*เรียนรู้การล้อเลียน ส่งเสียงขึ้นมาเพื่อขัดจังหวะคนอื่น หยุดร้องให้เวลามีคนพูดด้วย</p> <p>*แสดงการประท้วง ขัดขืนเวลาถูกแย่งของเล่น ชอบเล่นกับของเล่นที่มีเสียงกรู้งกริ้งเวลาเขย่า</p> <p>*กินอาหารเสริมได้ดี</p> <p>*ตื่นแต่เช้าตรู่ตรงเวลาเสมอ ๆ</p>



## ตารางที่ 2 พัฒนาการของทารกวัยแรกเกิดถึง 1 ปี (ต่อ)

อายุ (เดือน)	พัฒนาการในแต่ละด้าน			
	การเคลื่อนไหว	ภาษา	สมอง	อารมณ์และสังคม
6 เดือน	<p>*หันศีรษะมองไปมาได้อย่างอิสระ นอนคว่ำ ผงกแขนขาได้สูง พลิกตัวจากท่าคว่ำเป็นหงายได้ อาจเริ่มเอามือยันตัวทำท่าจะคลาน แต่มักเป็นการดันตัว ถอยหลังไปมากกว่า คลานโดยใช้ท้องใต้มือยันตัว</p> <p>*ยืนได้ถ้ามีคนคอยจับไว้ นั่งได้ด้วยการประคองเล็กน้อย สามารถชะโงกตัวไปข้างหน้า เอียงข้างได้คว่ำของ นั่งโยกตัวไปมาขึ้น ๆ ลง ๆ ได้ นั่งเองได้ชั่วคราว นั่งโดยมีของประคองได้นาน ครึ่งชั่วโมง อาจนั่งตัวเอนมาข้างหน้าและต้องเอามือยันประคองไว้</p> <p>*ถือขวดนมได้เองชั่วคราว ขยับข้อมือพลิกของไปมาได้ เอื้อมมือด้วยแขนข้างเดียว</p>	<p>*ส่งเสียงสระได้มากขึ้น ทำเสียงดัง เบาได้ รวมทั้งทำเสียงแหลม</p> <p>*เสียงที่เปล่งยังไม่เป็นภาษา แต่ฟังรู้ว่าบังคับ การเปล่งเสียงได้ดีขึ้น</p> <p>ส่งเสียงอ้อออ ไม่ขาดปาก น้ำเสียงแสดงความพอใจ ไม่พอใจ ตื่นเต้น หัวเราะ</p> <p>ลองลูกคอเอ็กอ้าก</p> <p>*มีปฏิกิริยาต่อเสียงแปลก ๆ</p>	<p>*หันหน้ามองได้รอบตัว ส่งเสียงอ้ออหรือหยุดร้องให้ทันทีที่ได้ยิน</p> <p>เสียงดนตรี มีปฏิกิริยาขึ้นมาทันทีที่เสียงนั้นเปลี่ยนไป</p> <p>*ตื่นอยู่ได้นาน 2 ชั่วโมง</p> <p>ชอบยื่นมือจับทุกอย่าง ตรงหน้าคว่ำได้เร็วและถูกต้อง ชอบเอียงหน้าหรือก้มหน้ามองสิ่งของเพื่อเปลี่ยนวิวไป</p> <p>ชอบสำรวจของ หยิบถ้วยตวงหูกี้ ดิ่ง</p> <p>กระดาศ สนใจภาชนะใส่ของ ชอบเปิดฝา</p> <p>*เอื้อมมือไขว่คว้าหรือปล่อยของหล่นจากมือ เริ่มมีความรู้สึกถึงการประสานงานระหว่างมือกับสิ่งของที่ตัวควบคุมได้ สามารถเปลี่ยนมือถือของได้ มือหนึ่งถือของส่วนมือหนึ่งเอื้อมไปหยิบของอีกชิ้น</p>	<p>*ยิ้มกับเงาตัวเอง ในกระจก สามารถแยกภาพตนเองและคนอื่นที่เห็นในกระจกได้</p> <p>*ใช้มือหยิบของเข้าปากได้ เปลี่ยนมือหยิบขวดของได้ ชอบทำสีหน้าเลียนแบบ หันมาเวลาถูกเรียกชื่อ ตกใจเมื่อเห็นคนแปลกหน้า</p> <p>จำแนกเด็กกับผู้ใหญ่ได้ ยิ้มและยื่นมือหาเด็กแปลกหน้า</p> <p>*นอนหงายเอามือคว่ำเท้าเล่น ชอบเล่นกับคนมากกว่าของเล่น โดยเฉพาะเกม เช่น จ๊ะเอ๋ เริ่มสนใจในการดูนิ้ว เริ่มชอบไม่ชอบรสชาติอันใดเป็นพิเศษ</p> <p>*อาจเริ่มใช้ถ้วยน้ำได้</p> <p>นอนหลับรวดเดียวตลอดคืน ใช้เวลาอนเพียงครึ่งเดียวในรอบ 24 ชั่วโมง</p>

## ตารางที่ 2 พัฒนาการของทารกวัยแรกเกิดถึง 1 ปี (ต่อ)

อายุ (เดือน)	พัฒนาการในแต่ละด้าน			
	การเคลื่อนไหว	ภาษา	สมอง	อารมณ์และสังคม
7 เดือน	<ul style="list-style-type: none"> <li>*สามารถชันศีรษะได้ดี ใช้มือและเข่ายันตัวขึ้น โยกไปมา</li> <li>*คืบไปทั้งที่มีมือกำ</li> <li>ของเล่นได้ อาจเริ่มต้น คลาน</li> <li>*เวลาถูกดึงมือขึ้นยืนจะ เกร็งขาตรง อาจ พยายามใช้มือยื่นออกให้ ตัวเองยืนทรงตัวขึ้นมา</li> <li>*นั่งได้โดยแทบจะไม่ ต้องมีของประคอง</li> <li>รองรับหลัง</li> <li>*นั่งคนเดียวได้นาน ๆ หลายนาที่ทรงตัวได้ดี</li> <li>ไม่ต้องใช้มือพยุงตัว</li> <li>สามารถหมุนตัวไปมา</li> <li>ตะโกกตัวไปข้างหน้า</li> <li>*สามารถใช้มือกำ</li> <li>บอลของเล่นได้</li> <li>*สามารถใช้แต่ละมือ</li> <li>ถือของมาจับกระแทก</li> <li>เข้าหากันได้</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>*เสียงสระ พยัญชนะ</li> <li>เกิดขึ้นมาเองตาม</li> <li>ธรรมชาติ มีประโยค</li> <li>สำหรับเปล่งเสียง</li> <li>โดยเฉพาะเป็นคำ ๆ เช่น</li> <li>ดา มา ไบ</li> <li>*สามารถเปล่งเสียง</li> <li>หลายเสียงได้ในกา</li> <li>หายใจครั้งเดียว</li> <li>*พยายามเลียนเสียง</li> <li>หรือเปล่งเสียง</li> <li>ตามลำดับ เช่น มา ม่า</li> <li>*เสียดูฟังเสียงตนเอง</li> <li>และเสียงคนอื่น ๆ ด้วย</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>*มีสมาธิกับสิ่งที่สนใจ</li> <li>มากขึ้น สนใจใน</li> <li>รายละเอียดปลีกย่อย</li> <li>มากขึ้นด้วย</li> <li>*เอื้อมมือไปหยิบของ</li> <li>เล่นกรู้งกริ่งด้วยมือเดียว</li> <li>ชอบขี้มือน</li> <li>*ชอบหยิบของเข้าปาก</li> <li>หรือเขย่าเล่น ชอบเล่น</li> <li>ของเล่นที่มีเสียงกรู้งกริ่ง</li> <li>เป็นเสียงดนตรีหรือ</li> <li>จังหวะต่าง ๆ</li> <li>*สอดสายตามอง</li> <li>หาของเล่นที่หายไป</li> <li>ชั่วคราวเดียว</li> <li>*แสดงท่ารอคอยให้สิ่งที่</li> <li>เคยเกิดขึ้นมาแล้วเกิด</li> <li>ขึ้นซ้ำอีก สามารถจดจำ</li> <li>เหตุการณ์ได้ทั้งหมด</li> <li>*จำอดีตที่ผ่านมา</li> <li>ได้นิดหน่อย รวมทั้งจำ</li> <li>การกระทำตัวเองได้ด้วย</li> <li>*เริ่มแสดงท่าเลียนแบบ</li> <li>*เริ่มนำกิจกรรมคนอื่น</li> <li>มาเปรียบเทียบ</li> <li>กับ</li> <li>ตนเอง</li> <li>*แสดงท่าตอบโต้กับ</li> <li>เงาในกระจก</li> <li>*สนใจในการกระทำ</li> <li>ของตนเองแต่จำได้</li> <li>เฉพาะหลังทำไป</li> <li>ชั่วคราวเดียว</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>*เอื้อมมือไปตะปบเงา</li> <li>ตัวเองในกระจก</li> <li>*ใช้ปากและมือสำรวจ</li> <li>ร่างกายตนเอง</li> <li>*กลัวคนแปลกหน้า</li> <li>*แสดงอารมณ์ขัน</li> <li>ล้อเล่นเป็น</li> <li>*แสดงท่าอยากเข้า</li> <li>สังคมกับพ่อ แม่ พี่ น้อง</li> <li>คนในบ้าน</li> <li>*แสดงท่าทางขัดขึ้น</li> <li>เวลาถูกบังคับในสิ่ง</li> <li>ที่ไม่ชอบใจ</li> <li>*สามารถจำแนกการ</li> <li>พูดอย่างเป็นมิตรและ</li> <li>โกรธได้</li> <li>*อาจกลัวไม่กล้าทำสิ่ง</li> <li>ที่เคยทำประจำขึ้นมา</li> <li>*อาจชอบดูด</li> <li>นิ้วหัวแม่มือเล่น เวลา</li> <li>นอนอาจดึงเท้ามาดูด</li> <li>นิ้วหัวแม่มือ</li> <li>*เริ่มใช้นิ้วคีบอาหารเข้า</li> <li>ปากได้</li> <li>*สามารถถือถ้วยหรือ</li> <li>ช้อนได้ชั่วคราวเช่น</li> <li>เวลาเล่นสนุก</li> <li>*กลั้นปัสสาวะไม่ทำ</li> <li>เปียกได้นาน 2 ชั่วโมง</li> </ul>

ตารางที่ 2 พัฒนาการของทารกวัยแรกเกิดถึง 1 ปี (ต่อ)

อายุ (เดือน)	พัฒนาการในแต่ละด้าน			
	การเคลื่อนไหว	ภาษา	สมอง	อารมณ์และสังคม
8 เดือน	<p>* เริ่มคลาน อาจเริ่มจากคลานไปข้างหลังก่อน อาจขยับตัวไปข้างหน้า ในท่านั่งกระเด้งกัน อาจยืนได้ด้วยการโหนตัว ลูกขึ้นจากเก้าอี้ที่ยึดไว้</p> <p>* ยืนพิงสิ่งของได้โดยไม่ต้องใช้มือจับ</p> <p>* ใช้มือยึดเครื่องเรือนเพื่อทรงตัวต้องอาศัยคนช่วยจึงจะนั่งลงจากท่ายืนได้</p> <p>* อาจยืนได้ถ้ามีมือคุณแม่ให้เกาะเวลาถูกดึงให้ยืนจะยืนทำหนึ่งไปข้างหน้า</p> <p>* การนั่งจะนั่งได้คนเดียวหลายนาที นั่งใช้กัน ขยับโยกไปมา ลูกขึ้นนั่งได้เองโดยใช้มือยันตัว</p> <p>* ใช้สองนิ้วคืบของเล่น ได้สองมือหยิบของที่มีลักษณะเป็นเส้น ๆ ได้ ยืนมือสุดเอื้อมไปคว้าของได้ พ่อแม่ต้องดูแลใกล้ชิดมากหน่อย</p>	<p>* ส่งเสียงจ้อไม่เป็น ภาษาออออได้คนเดียว ชอบเลียนเสียงผู้ใหญ่</p> <p>* ส่งเสียงตะโกนไม่เป็น ภาษา</p> <p>* เริ่มขยับปากเลียนแบบส่งเสียงเลียนได้เช่นเสียงรถไฟว่า วู้ วู้</p> <p>* มักหันไปหาเสียงที่คุ้นหู เช่น ชื่อตัว เสียงโทรทัศน์ เริ่มจำเสียงเหล่านั้นได้</p>	<p>* ชอบมองมือตัวเอง กำแบ โยนของเพื่อทดสอบ ชอบเปิดปิดของทุกอย่าง</p> <p>* เหลียวหาของที่หายไป ตรงที่เคยเห็นของนั้นเป็นครั้งแรก</p> <p>* เริ่มแสดงความจำ จำหน้าคนได้หลายแบบ</p> <p>* พยายามแก้ปัญหาเอง เช่น เตะ ถีบเท้าเพื่อเขี่ยของเล่น</p> <p>* เริ่มทำท่าเลียนแบบคนและนิสัยตามที่เห็น</p> <p>ตรงหน้า</p> <p>* หยิบของเล่นสองอย่างได้สองมือ</p> <p>* เริ่มเรียนรู้เทคนิคต่างๆ และนำมาใช้</p>	<p>* ยิ้ม หัวเราะ พยายามไขว่คว้าเงาตัวเองในกระจก</p> <p>* กลัวคนแปลกหน้า ติดแม่ แยกกลัวการจากพรากจากคนเลี้ยง</p> <p>มักเงยเสียงลงได้เมื่อแม่พูดด้วย</p> <p>* ส่งเสียงดังเรียกความสนใจ</p> <p>* ผลักไล่สิ่งที่ตนไม่ต้องการ ไม่ชอบถูกกักบริเวณจำกัด</p> <p>* พยายามเอื้อมมือหยิบจับของเล่นชอบกัด ทั้งของเล่น</p> <p>* อาจหวังเล่นคนเดียวไม่ยอมนอนตามเวลา</p>

ตารางที่ 2 พัฒนาการของทารกวัยแรกเกิดถึง 1 ปี (ต่อ)

อายุ (เดือน)	พัฒนาการในแต่ละด้าน			
	การเคลื่อนไหว	ภาษา	สมอง	อารมณ์และสังคม
9 เดือน	<ul style="list-style-type: none"> <li>* คลานได้โดยมือหนึ่ง</li> <li>ถือของเต็มสามารถหมุนตัวกลับได้ อาจคลานขึ้นบันได อาจคลานได้โดยเหยียดขา</li> <li>* นั่งบนเก้าอี้ได้ดี นั่งตัวตรงคนเดียวไม่จำกัดเวลา</li> <li>* อาจรู้วิธีการทรุดตัวนั่งจากที่ยืน</li> <li>* สามารถใช้นิ้วชี้กับนิ้วหัวแม่มือคีบเชือกผูกกรองเท้าขึ้นมาเองได้</li> <li>* ตบมือหรือกำสิ่งของแกว่งกวัดไปมาหรือทุบตรงกลางวัตถุได้</li> <li>* เริ่มใช้นิ้วชี้กราด</li> <li>จิ้มตรงรู ร่องและดิ่ง</li> <li>* สามารถสร้างบล็อกสองแถวได้</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* เปล่งสำเนียงซ้ำอย่างเห็นได้ชัดเจน</li> <li>* ส่งสัญญาณการเน้นและอารมณ์ให้รู้จากน้ำเสียงอ้ออ</li> <li>* ทำเสียงเลียนเสียงกระแอมไอและจามได้</li> <li>* ใช้คำอย่างมี</li> <li>ความหมายเช่น</li> <li>“มา มา” หมายถึงแม่</li> <li>* เจียหูฟังการสนทนา</li> <li>เสียงเพลงอาจเข้าใจและตอบโต้กับคำหนึ่งคำได้นอกจากชื่อ เช่น</li> <li>ไม่ ไม่ ไป ไป</li> <li>* อาจปฏิบัติตามคำสั่งธรรมดา ๆ ได้เช่น นั่ง</li> <li>ทำทำยนิตีที่ตัวเอง</li> <li>สามารถเข้าใจคำสั่งนั้น</li> <li>* อาจเปล่งเสียงคำหรือพยัญคำซ้ำ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* กลัวความสูงรู้เรื่องเส้นตรงและที่ว่างรอบตัว</li> <li>* รู้มิติของสิ่งของ</li> <li>ใช้สองมือคีบของชิ้นเล็ก</li> <li>ใช้สองมือจับชิ้นใหญ่</li> <li>พยายามเปลี่ยนมิติ</li> <li>สิ่งของด้วยการเอามือ</li> <li>ปิดตาหรือมองกลับหัว</li> <li>* เอานิ้วจิ้มตามร่อง รูไม้</li> <li>* หาของเล่นที่เห็นว่า</li> <li>ถูกนำไปซ่อน</li> <li>* แสดงท่าเบื่อหน่ายกับการเล่นซ้ำซาก</li> <li>* จำเกมที่เล่นไป</li> <li>เมื่อวานได้</li> <li>* แสดงท่าปลาบปล้มกับความ</li> <li>สำเร็จที่ทำได้</li> <li>* ทำท่าดีใจเมื่อเห็นหน้า</li> <li>คนหรือสิ่งของที่คุ้นตา</li> <li>เคยชิน ใช้สองมือหยิบ</li> <li>ของได้มีลักษณะอย่าง</li> <li>* ใช้มือผลัดของให้</li> <li>โอนเอนไปมา</li> <li>* โยนบล็อกอันหนึ่งทิ้ง</li> <li>เพื่อให้ได้อีกอัน อาจเอา</li> <li>บล็อกอันที่สอง คาบ</li> <li>ไว้ในปากแล้วให้มือหยิบ</li> <li>อันที่สาม</li> <li>* ปฏิเสธไม่ยอมเลิก</li> <li>สนใจอะไรง่าย ๆ เริ่ม</li> <li>แสดงความยินดี</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* จำหน้าแม่และหน้า</li> <li>ตัวเองได้ เวลามองเห็น</li> <li>ในกระจก สามารถ</li> <li>จำแนกได้ว่าแม่เป็น</li> <li>คน ๆ หนึ่ง</li> <li>* ชอบแสดง</li> <li>ความสามารถอด</li> <li>สมาธิ ในบ้าน ทำซ้ำ</li> <li>เวลา ได้รับการ</li> <li>ปรบมือ</li> <li>* เรียนรู้ที่จะปกป้อง</li> <li>ตนเองและของเล่นใน</li> <li>ครอบครัว ยอมสู้เพื่อ</li> <li>ให้ได้ของเล่นชิ้นที่</li> <li>ต้องการ</li> <li>* ประสาทไวต่อเด็กคนอื่น ๆ อาจร้องไห้ตามได้</li> <li>* เริ่มประเมินอารมณ์</li> <li>และแรงกดดันของคน</li> <li>รอบตัวได้</li> <li>* สามารถบ้าย บายและ</li> <li>เล่นเกมลูกบอลได้</li> <li>* เลือกของเล่นเองได้</li> <li>* สามารถถือขนมปัง</li> <li>กรอบขบเคี้ยวเองและ</li> <li>ถือขวดนมเองได้</li> <li>สามารถตักน้ำจากถ้วย</li> <li>ที่ถือเองได้</li> </ul>

ตารางที่ 2 พัฒนาการของทารกวัยแรกเกิดถึง 1 ปี (ต่อ)

อายุ (เดือน)	พัฒนาการในแต่ละด้าน			
	การเคลื่อนไหว	ภาษา	สมอง	อารมณ์และสังคม
10 เดือน	<ul style="list-style-type: none"> <li>* คลานได้ด้วยลำตัวตรง ยืนโดยอาศัยการพยุงตัว เล็กน้อย อาจพยายามทรงตัวขึ้นยืนเองด้วยการเหยียดแขนตรง ชู้งมือ แขนพื้นแล้วยืนตัวขึ้นมา</li> <li>* เดินเกาะเครื่องเรือนไปรอบ ๆ ป็นขึ้นลงเก้าอี้</li> <li>* นั่งลงจากทำยืนได้ ล้มตัวลงนอนคว่ำจากทำนั่งได้ ถือของสองอย่างไว้ในมือเดียว หัวของที่ถูกเชือก ร้องแรงได้</li> <li>* รู้จักจำแนกการใช้มือ โดยการเปลี่ยนมือสลับจับสิ่งของ</li> <li>* ค่อย ๆ ปล่อยมือจากของที่กำไว้อย่างชัดเจน</li> <li>* ควบคุมกล้ามเนื้อ ทวารหนักได้เล็กน้อย</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* เรียนรู้คำและท่าทางที่เหมาะสมพูดว่า “ไม่”</li> <li>สายศีรษะ โบกมือไปมาได้ พร้อมกับพูด “บาย บาย” ได้ อาจพูดคำซ้ำ ๆ ราวกับตอบคำถาม</li> <li>ทุกข้อเหมือนกันหมด</li> <li>* อาจพูดคำอื่นได้อีก 2-3 คำ นอกจากคำว่า “แม่ หม่า”</li> <li>* ทำท่าตั้งใจฟังเสียงที่คุ้นหู เข้าใจคำสั่ง เช่น “คืนให้แม่เร็ว”</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* เอื้อมไปหยิบของเล่นข้างหลัง โดยไม่หันไปมอง ระยะเวลาที่ได้คร่าว ๆ รวมทั้งระยะเวลาความตื่นลึก สูง ต่ำ</li> <li>* จำแนกของเป็นชิ้น ๆ แยกจากกันได้ เริ่มเรียนรู้ลักษณะการทำงานของแต่ละสิ่ง เช่น เครื่องเล่นเขย่าจะมีเสียงกรังกรัง ลูกบอลต้องโยนให้ลอย</li> <li>* ใช้นิ้วชี้จิ้มแตะของค้นหาของในกล่อง</li> <li>คว่ำของชิ้นเล็ก ๆ จากกล่องมาดูแล้วโยนใส่ในกล่องตามเดิม</li> <li>* หาของที่ซ่อนไว้ได้ถ้าเห็นตอนซ่อน เปิดฝากล่อง ถ้วย หาของเล่นพยายามค้นหาของที่ซ่อนจากหลาย ๆ แห่งที่เคยเห็น</li> <li>* เลียนแบบคนอื่น เช่น ป้อนข้าว ภูสุมู</li> <li>* เริ่มถนัดใช้มือข้างหนึ่งมากกว่าอีกข้างหนึ่ง</li> <li>ถนัดลำตัวอีกข้างมากกว่าด้วย</li> <li>* ชี้อวัยวะต่าง ๆ ในตัวได้</li> <li>* จับคู่บล็อกจากอันเข้าด้วยกัน</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* แสดงอารมณ์โกรธ เศร้า สุข และแสดง ความชอบเสียงดนตรี</li> <li>* เลียนแบบท่าทาง สีหน้า</li> <li>* ประสาทไว ต่อเด็กคนอื่น ๆ ร้องไห้ประท้วง ถ้าเด็กคนอื่นได้รับ ความสนใจมากกว่าตัว</li> <li>* กลัวเวลาต้องทำกิจกรรมที่คุ้นเคยอาจมี พัฒนาการย้อนกลับ เหมือนตอนเป็นทารก วัยน้อยกว่านี้ได้</li> <li>* ดึงหมวกจากหัวเล่นสนุก มีของเล่นชิ้นโปรด ชอบตุ๊กตานุ่ม</li> <li>* ใช้มือประคองถ้วย พร้อมกับมือแม่</li> <li>* นอนหลับไม่คอยสนิท เต้าไร่นัก</li> </ul>

ตารางที่ 2 พัฒนาการของทารกวัยแรกเกิดถึง 1 ปี (ต่อ)

อายุ (เดือน)	พัฒนาการในแต่ละด้าน			
	การเคลื่อนไหว	ภาษา	สมอง	อารมณ์และสังคม
11 เดือน	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ยืนได้โดยลำพัง พยุงตัวขึ้นยืนโดยกางแขนขา</li> <li>ยืนตัวขึ้นมา อาจยืนได้เองและโบกมือ</li> <li>* เดินได้โดยอาศัยที่เกาะไปรอบ ๆ ปีนขึ้นบันได</li> <li>* ยืนก้มตัวลงเก็บของได้</li> <li>กำดินสอไว้ในมือขีดเส้น</li> <li>กำด้ามกระดิ่งสั้นไปมาได้ อาจใช้ช้อนป้อนอาหารเข้าปาก</li> <li>* ใช้มือหยิบลิ้นของหรือประคองตัวได้</li> <li>* อาจถอดรองเท้าหรือดึงเชือกผูกรองเท้าเองได้</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ส่งเสียงได้ออกชัดเป็นบางคำเท่านั้น</li> <li>* เลียนแบบท่าทางสีหน้า จังหวะได้ดีกว่า</li> <li>ภาษาพูด</li> <li>* พูดคำอื่นได้ 2-3 คำ</li> <li>นอกจาก "แม่"</li> <li>* สามารถแยกความแตกต่างของคำได้</li> <li>* จำคำที่เป็นสัญลักษณ์ของสิ่งของได้ เช่น ชีไปที่ท้องฟ้า เมื่อหมายถึงเครื่องบิน หรือส่งเสียงบ๊อ๊ก ๆ เมื่อหมายถึงสุนัข</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* พยายามหยิบของในแก้วน้ำจากข้าง ๆ</li> <li>* ใช้นิ้วจิ้มของต่าง ๆ</li> <li>เปิดฝากล่องได้</li> <li>* หยิบ เอาออก บล๊อคจากถ้วย</li> <li>* ชอบของเลียนแบบทุกอย่างที่เห็น</li> <li>* ทดลองทุกแบบ เพื่อบรรลุเป้าหมาย เช่น ใช้อ็อยด์หัดเดินแทนรถหัดเดิน</li> <li>* รู้จักเชื่อมโยงของสองสิ่ง เช่น ร้องเมี้ยวเมื่อแม่พูดถึงแมว</li> <li>* ชอบมองดูรูปในหนังสือ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ผลอึดื้อมือไปหยิบของจากเงาในกระจก</li> <li>* เล่นสนุกกับพีได้</li> <li>* ติดแม่แจ่มมากขึ้น</li> <li>ชอบทดสอบแม่ด้วยการประทุ้งหรือจุ่มมือ</li> <li>* เชื้อพังก้าสั่ง ชอบการยอมรับและคำชม</li> <li>* ไม่ได้ให้ความร่วมมือเสมอไปไม่ชอบการสอนเกมบังคับ</li> <li>* หน้าเสียเวลาทำผิด</li> <li>ชอบลองดีกับคุณแม่</li> <li>* ชอบเลียนแบบการเคลื่อนไหวของผู้ใหญ่และการละเล่นของเด็กอื่น</li> </ul>

## ตารางที่ 2 พัฒนาการของทารกวัยแรกเกิดถึง 1 ปี (ต่อ)

อายุ (เดือน)	พัฒนาการในแต่ละด้าน			
	การเคลื่อนไหว	ภาษา	สมอง	อารมณ์และสังคม
12 เดือน	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ยืนขึ้นเองโดยเกร็งเข้า</li> <li>สองมือยึดหลักเกาะ</li> <li>* ยืนตัวตรง 90 องศา</li> <li>* ก้าวเดิน แต่ก็ยังชอบการคลาน อาจเพิ่มท่วงท่าผสมการเดิน เช่น ก้มลงหยิบของ โบกมือถือของเล่น</li> <li>* ปีนขึ้นบันได อาจปีนชั้นลงจากเตียง คอก</li> <li>* ทำท่าเหมือนว่ายน้ำเมื่ออยู่ในอ่าง</li> <li>* ลดตัวลงนั่งได้ในท่าสง่า</li> <li>* ใช้นิ้วหัวแม่มือได้ดี</li> <li>* เปิดฝาคลุม ฝากล่องได้</li> <li>* ถนัดมือข้างใดข้างหนึ่งมากกว่า</li> <li>* ใช้นิ้วชี้ ๆ สิ่งของ</li> <li>* ถอดเสื้อผ้าเองได้</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* บังคับการออกเสียงได้ดีขึ้น เปล่งเสียงเหมือนภาษาพูดได้มากขึ้น</li> <li>* ฟีกคำที่รู้จัก เช่น “แม่” พูดได้ 2-8 คำ พยายามเลียนเสียง “บ้าย บาย” “โบ”</li> <li>* เปล่งเสียงคล้ายคลึงความเข้าใจออกมา เช่น “ปิ่น” แทนคำว่า “เรือปิ่น”</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* เอื้อมไปหยิบของได้โดยไม่หันไปมอง</li> <li>* เลียนแบบเก่ง สังเกตสิ่งต่างๆ อย่างละเอียดแล้วนำมาเลียนแบบ</li> <li>เล่นในชีวิตประจำวัน</li> <li>* เกาะห่อของเล่นหาของเล่นจนเจอ</li> <li>ถ้าจำได้ว่าเห็นครั้งสุดท้ายที่ไหน</li> <li>* จำเหตุการณ์ต่างๆ ได้นานขึ้น</li> <li>* ใช้มือข้างที่ถนัดเอื้อมมือคว้าของ</li> <li>* สามารถจำแนกข้อแตกต่างของคนกับสิ่งของได้</li> <li>* อาจใช้มือหนึ่งถือของปากคาบอีกข้างหนึ่งไว้เพื่ออีกมือหนึ่งจะได้วางหยิบของขึ้นที่สามได้</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* แสดงอารมณ์ออกมาได้หลายแบบและรู้อารมณ์คนอื่นได้ด้วย</li> <li>* สามารถแยกตัวเองจากคนอื่นได้</li> <li>* กลัวคนแปลกหน้าและสถานที่แปลกถิ่น ไม่ชอบแยกจากแม่</li> <li>* เริ่มพัฒนาอารมณ์ขัน</li> <li>* เริ่มปฏิเสธไม่ยอมกินอาหาร ไม่ยอมชิมอาหารแบบใหม่ ไม่ยอมเข้านอนง่าย ๆ อาจอาละวาดได้</li> <li>* เล่นเกมกับพี่ ๆ ได้</li> <li>อย่างเข้าใจ</li> <li>* อาจยอมยื่นของเล่นแบ่งให้คนอื่น</li> <li>* อาจไม่ยอมนอนจับตอคนปาย</li> <li>* ให้ความร่วมมือดีเวลาแต่งตัว</li> </ul>

### 1.3 การส่งเสริมพัฒนาการเด็กทารก

อุดมลักษณ์ กุลพิจิตร (2542) ได้เสนอแนะวิธีส่งเสริมพัฒนาการเด็กทารกแรกเกิดถึง 12 เดือน ไว้ดังนี้

#### 1. วิธีส่งเสริมพัฒนาการของเด็กทารกแรกเกิดถึง 4 เดือน

##### การส่งเสริมพัฒนาการทางการควบคุมกล้ามเนื้อของเด็กทารกแรกเกิดถึง 4 เดือน

1. วางเด็กทารกในตำแหน่งที่เด็กสามารถฝึกฝน พัฒนาความสามารถในการควบคุมกล้ามเนื้อได้ เช่น วางเด็กทารกในท่านอนคว่ำเพื่อเด็กจะได้พยายามยกศีรษะ หัวไหล่ และลำตัวขึ้นมา การควบคุมกล้ามเนื้อศีรษะและคอ ควรจัดเด็กให้นอนหงายหรือนอนคว่ำ วางของเล่นนุ่ม ๆ ไว้ข้างตัวเด็ก
2. รอจนกว่าเด็กทารกจะสามารถพลิกตัวนั่งและยืนได้เอง จึงจะเปลี่ยนอิริยาบถของเด็กไปในท่าต่าง ๆ ดังกล่าว วันละหลาย ๆ ครั้งในช่วงตื่นนอน
3. มีปฏิสัมพันธ์กับเด็กทารกโดยใช้ตนเองเป็นสิ่งเร้า กำมือของเด็กทารกและค่อย ๆ ยกตัวเด็กขึ้นช้า ๆ ยื่นมือไว้ในตำแหน่งที่ต่างกัน เพื่อเด็กทารกจะได้มองหาและพยายามเข้าหาผู้ให้การเลี้ยงดู ดัดนิ้วมือในตำแหน่งที่ต่างกันเช่น ข้างหลัง ข้าง ๆ และข้างหน้าของเด็กทารกสังเกตการหันศีรษะของเด็กตามที่มาของเสียง
4. ใช้ของเล่นและสื่ออุปกรณ์เพื่อเล่นกับเด็กทารก ให้ของเล่นบางอย่างกับเด็กที่เด็กจะใช้เล่นอย่างอิสระ วางวัตถุให้อยู่ในสายตาและตำแหน่งที่เด็กสามารถเอื้อมหยิบได้ เลือกของเล่นที่เด็กทารกสามารถทำได้ ชั้นแรกเด็กจะใช้นิ้วมือทั้งหมดในการเคลื่อนไหวเพื่อหยิบขยมา ต่อมาก็คจะใช้นิ้วหัวแม่มือด้วยหรือใช้นิ้วหัวแม่มือกับนิ้วชี้ (กำมปูหนีบ) หยิบของ



การส่งเสริมพัฒนาการทางอารมณ์ของเด็กทารกแรกเกิดถึง

4 เดือน

ความรู้สึกที่พิเศษเกิดขึ้นจากการประสานสายตาส่งกัน และกันโดยที่เด็กทารกและผู้ให้การเลี้ยงดูเด็กจะมีการสื่อสารต่อกันและจะเกิดความรู้สึกที่ดีให้แก่กัน มีโอกาสมากมายสำหรับการประสานสายตา บางโอกาสอาจจะเกิดขึ้นระหว่างการดูแลร่างกายเด็ก ในขณะที่บางครั้งผู้ให้การเลี้ยงดูเด็กอาจวางแผนขึ้นเป็นพิเศษหรืออาจจะเริ่มจากตัวเด็กเองก็ได้ การสัมผัสก็เป็นการสื่อสารความรู้สึกด้วยเช่นกัน เด็กทารกเล็ก ๆ จะยังไม่สามารถเข้าใจภาษาพูดแต่เด็กจะตอบสนองต่อการสัมผัส การสัมผัสอาจทำให้รู้สึกตื่นเต้น หวาดกลัว ยอมรับหรืออบอุ่น กิริยาท่าทางที่ผู้ให้การเลี้ยงดูเด็กสัมผัสเด็ก ถูบหลัง กอดรัด อุ้มจากเตียงหรือเคลื่อนเด็กไปในที่ต่าง ๆ เป็นการแสดงความรู้สึกที่ ผู้ให้การเลี้ยงดูเด็กมีต่อเด็ก การสัมผัสจึงเป็นการสื่อสารกับเด็กโดยไม่ใช้ภาษา

การส่งเสริมพัฒนาการทางสังคมของเด็กทารกแรกเกิดถึง

4 เดือน

ผู้ให้การเลี้ยงดูควรตอบสนองทารกทันทีเมื่อเด็กมีความต้องการและสามารถสร้างให้เกิดปฏิสัมพันธ์ได้ด้วยการมอง อุ้ม กล่อม พุดคุย เล่นด้วย การพาไปที่ต่าง ๆ และการสัมผัสทารก

ผู้ให้การเลี้ยงดูเด็กควรจัดเตรียมเวลาและเลือกใช้สื่อที่จะช่วยให้ทารกเรียนรู้ เกี่ยวกับตนเองการให้เด็กทารกดูตัวเองในกระจก ทำจุดบนเท้าและมือ ทำให้ทารกสนใจร่างกายของตนเองและผู้ให้การเลี้ยงดูเด็กสามารถเตรียมการเพื่อให้ทารกมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น และกับการเล่นสิ่งต่าง ๆ

การส่งเสริมพัฒนาการทางสติปัญญาของเด็กทารกแรกเกิดถึง

4 เดือน

การเลือกสิ่งของเครื่องใช้ต่าง ๆ และการจัดเตรียมสภาพแวดล้อมที่จะกระตุ้นให้เด็กทารกตอบสนองได้หลาย ๆ วิธี

ตามความสามารถในแต่ละขั้นของพัฒนาการ การให้ทารกได้ทำ  
ซ้ำ ๆ และให้การเสริมแรงเป็นสิ่งที่ทารกพึงพอใจและเป็นการ  
กระตุ้นทารกอีกด้วย

#### การส่งเสริมพัฒนาการทางภาษาของเด็กทารกแรกเกิดถึง 4 เดือน

1. การพูดคุย ด้วยการใช้น้ำเสียง คำพูด ประโยค โคลงกลอน  
อ่านนิทาน และหนังสือภาพต่าง ๆ
2. การร้องเพลง ด้วยการใช้น้ำเสียงฮัม โคลงกลอน เพลงกล่อมเด็ก  
เพลงต่าง ๆ
3. การฟังและตอบสนอง ทารกจะทำเสียงด้วยตนเองในช่วง  
เดือนแรก ๆ การพูดเหล่านี้จะลดลงถ้าทารกไม่มีใครฟัง  
และตอบโต้ด้วย
4. การเริ่มสนทนาเกือบทุกขณะที่อยู่กับทารกเป็นโอกาสให้  
เกิดการสนทนา การดูแลที่ทำเป็นประจำเช่น การให้  
อาหาร การเปลี่ยนผ้าอ้อม การอุ้ม และกล่อมทารก เป็น  
สถานการณ์ในลักษณะตัวต่อตัวกับเด็ก ซึ่งผู้ให้การเลี้ยงดู  
เด็กสามารถสร้างปฏิสัมพันธ์ให้เกิดขึ้นได้ แต่ไม่ใช่สิ่ง  
จำเป็นหรือมีประโยชน์ที่จะช่วยให้ทารกพูดอยู่ตลอดเวลา  
หรือหนึ่งเจ็บบอยู่ตลอดเวลา ทารกต้องการเวลาสำหรับการ  
พัฒนาภาษาและการสนทนาแต่ในขณะเดียวกันก็ต้องการ  
เวลาที่มีความสงบเงียบด้วย

#### **2. วิธีส่งเสริมพัฒนาการของเด็กทารก 4 – 8 เดือน**

##### การส่งเสริมพัฒนาการทางการควบคุมกล้ามเนื้อของเด็ก ทารก 4 – 8 เดือน

1. วางวัตถุไว้บนราวในเปลเด็ก เพื่อให้เด็กได้ยกศีรษะตัวเอง  
โดยผู้ให้การเลี้ยงดูเด็กคอยระวังและให้ความช่วยเหลือ  
ด้วยการใช้มือประคองใกล้ ๆ
2. ให้เด็กได้สวมเสื้อผ้าน้ำหนักที่จะทำให้เคลื่อนไหวได้อย่างอิสระใน  
การดันตัว เตะ หรือ ดิ้นไปมาโดยตรวจบริเวณรอบ ๆ ให้

### ปลอดภัย

3. ให้เด็กนั่งโดยวางหมอนให้มั่นคงช่วยในการนั่งหรือช่วยจับ ให้เด็กได้นั่ง คูบริเวณรอบ ๆ อย่าให้มีของมีคม หากเด็กนั่งอยู่ในเก้าอี้ก็ให้ใช้เข็มขัดรัดเด็กไว้แต่เด็กอาจนั่งได้ไม่นานเพราะกล้ามเนื้อยังไม่แข็งแรง
4. เมื่อเด็กนั่งได้เองแต่ไม่นานนัก ควรวางเด็กในที่ ๆ ปลอดภัย ซึ่งเด็กสามารถนั่งหรือเล่น เพื่อมองดูสิ่งต่าง ๆ รอบตัว หากเด็กเมื่อยและล้มตัวลงอย่าบังคับให้เด็กนั่ง อีกครั้ง
5. หากเด็กดันตัวเองให้นั่งได้แล้ว ควรจัดพื้นที่ให้เรียบร้อย ไม่ให้ข้าวของระเกะระกะ ซึ่งเด็กสามารถถลึงไปมาได้และดันตัวเองด้วยแขนและขาเพื่อสามารถนั่งได้ด้วยตนเอง
6. ถ้าเด็กสามารถพลิกตัวคว่ำ-หงายได้ ควรวางเด็กไว้ในที่ซึ่งเด็กจะเคลื่อนไหวไปมาได้อย่างอิสระและปลอดภัย
7. หากเด็กสามารถยืนด้วย 2 ขาที่ตรงได้แล้วควรจับเด็กให้ยืนนิ่ง ๆ ครู่หนึ่งและอุ้มเด็กอย่างมั่นคงเมื่อเด็กทำท่ากระโดดขึ้นลง
8. หากเด็กต้องการดึงตัวเองให้ลุกขึ้นยืน ผู้ให้การเลี้ยงดูเด็ก ควรจับมือเด็กไว้และปล่อยให้เด็กใช้กล้ามเนื้อตนเองดึงตัวขึ้น ต้องตรวจดูให้ดีด้วยว่าอุปกรณ์และเฟอร์นิเจอร์ที่ใช้ช่วยในการยืนของเด็กปลอดภัย ขณะที่เด็กพยายามดึงตัวเองให้ลุกขึ้นยืน
9. ถ้าเด็กใช้ห้องคลาน ให้จัดที่ว่างและปลอดภัยให้เด็กคลาน วางของเล่นให้ห่างออกไปเล็กน้อยเพื่อกระตุ้นให้คลานไปเอื้อมจับ ให้การกระตุ้นและแสดงความชื่นชมเมื่อเด็กคลาน
10. หากเด็กใช้มือคว้าสิ่งของ ให้จัดของเล่นที่เด็กสามารถเอื้อมจับและตีได้ เลือกลงเล่นที่มีขนาดใหญ่ให้เหมาะสมเพื่อให้เด็กตีของเล่นได้ถูก
11. หากเด็กขว้างสิ่งของ ให้เลือกของเล่นที่เบา เมื่อขว้างแล้วจะไปได้ไม่ไกลนัก และไม่ทำร้ายเด็กคนอื่นด้วย วางเด็ก

ในที่ ๆ เด็กสามารถขว้างปาได้อย่างปลอดภัย

#### การส่งเสริมพัฒนาการทางอารมณ์ของเด็กทารก 4 – 8 เดือน

1. จัดของเล่นที่เด็กชอบให้แก่เด็ก ผู้ให้การเลี้ยงดูเด็กควรแสดงความรักพอใจร่วมกับเด็กในการแสดงออกถึงพฤติกรรมซ้ำ ๆ เช่น เมื่อเด็กตบมือได้
2. ควรส่งเสริมให้เด็กได้แสดงความรักต่อคนแปลกหน้าโดยค่อย ๆ แนะนำคนแปลกหน้าให้เด็กรู้จักอย่างระมัดระวังอย่าให้คนแปลกหน้าเข้าใกล้ชิดเด็กโดยทันที ปล่อยให้เด็กในการแสดงความคุ้นเคยกับคนแปลกหน้า ในขณะที่อยู่น่างั้นก่อน
3. แสดงอารมณ์ขันร่วมกับเด็กและเล่นเกมสนุก ๆ ด้วยเพื่อให้เด็กเกิดอารมณ์สนุกสนาน
4. หากเด็กแสดงอาการโกรธ ควรให้เด็กได้แสดงออกด้วยการเตะขา แกว่งแขน กรีดเสียงร้องขำครู่ แล้วหาสาเหตุที่เด็กโกรธจากนั้นใช้การสัมผัสสวดบริเวณหลังและขาอุ้มกลม่อมพูดเบา ๆ เพื่อให้เด็กมีอารมณ์ดีขึ้น
5. หากเด็กร้องไห้ ควรพูดกับเด็กเบา ๆ อย่างอ่อนโยนและปลอบประโลม

#### การส่งเสริมพัฒนาการทางสังคมของเด็กทารก 4 – 8 เดือน

1. ส่งเสริมความผูกพันระหว่างเด็กทารกกับพ่อแม่ให้มั่นคงขึ้น
2. กำหนดพี่เลี้ยง หรือผู้ให้การเลี้ยงดูเด็กเฉพาะ สำหรับเด็กทารกแต่ละคน ผู้ให้การเลี้ยงดูเด็กคนใดคนหนึ่งสามารถเป็นบุคคลสำคัญสำหรับเด็กทารกได้หลายคน ผู้ให้การเลี้ยงดูเด็กคนสำคัญดังกล่าวจะมีหน้าที่รับผิดชอบต่อความเกี่ยวพันทางอารมณ์กับเด็ก ในขณะเดียวกันก็ปฏิบัติหน้าที่ให้การดูแลเด็กอย่างสมบูรณ์ทุกด้าน
3. หากเด็กเกิดความพึงพอใจหรือความคับข้องใจอย่างรุนแรงกับบุคคลที่เด็กมีความผูกพันด้วย ควรยอมรับและแสดงความรักพอใจร่วมกับเด็กหรือค่อย ๆ ปลอบประโลม

ดูสัมผัสด ร้องเพลงกล่อมเด็กในช่วงเวลาที่เด็กหงุดหงิด  
 คับข้องใจ

4. ควรจัดให้เด็กได้มองตนเองในกระจกเพื่อให้เด็กรู้จักตนเอง  
 ควรเป็นกระจกที่ขนาดใหญ่ให้เด็กได้เห็นทั้งตนเองและ  
 ผู้อื่น
5. ช่วยให้เด็กได้ประสบความสำเร็จด้วยตนเอง ให้เด็กเล่น  
 เกมที่ริเริ่มเองโดยไม่รบกวนหรือทำให้เด็กเปลี่ยนวิธีการ  
 เล่นหรือให้เล่นเกมของผู้ให้การเลี้ยงดูเด็กเอง
6. จัดให้เด็กได้อยู่ในที่ซึ่งเด็กได้มีโอกาสสังเกตกิจกรรมของ  
 บุคคลอื่น ๆ
7. เล่นเกมกับเด็ก เลียนแบบซึ่งกันและกันเพื่อให้เด็กได้ฝึกเลียน  
 แบบคนอื่น
8. ให้เด็กได้สัมผัสและพูดคุยกับเด็กคนอื่น ๆ ผู้ให้การเลี้ยงดู  
 เด็กควรอยู่ใกล้ชิดเพื่อคอยระวังความปลอดภัยจากการ  
 ผลักและการตี ของเด็ก
9. ให้เด็กที่โตกว่าและผู้ใหญ่คนอื่น ๆ ได้เล่นเกมเกี่ยวกับการ  
 สัมผัส การมองและการได้ยินกับเด็กด้วย
10. ตอบสนองเด็กโดยทันทีและอย่างสม่ำเสมอต่อการ  
 เรียกร้องความสนใจที่แสดงออกอย่างเป็นสุข เศร้าหรือ  
 โกรธของเด็ก
11. จัดบริเวณให้เด็กสามารถมองเห็นผู้ให้การเลี้ยงดูเด็กได้จาก  
 ทุกจุดของห้อง
12. สนับสนุนแต่ไม่บังคับให้เด็กกิน ปรับเวลาให้มีการหยุด  
 และเริ่มใหม่ตามสภาพของเด็ก
13. อุ้มและให้ความปลอดภัยต่อทารกเมื่อพบคนแปลกหน้า  
 ให้เวลาเด็กได้เห็นและได้ยินเสียงคนแปลกหน้าก่อนที่จะ  
 สัมผัสเด็กหรือเข้าใกล้ด้วย

การส่งเสริมพัฒนาการทางสติปัญญาของเด็กทารก 4 – 8 เดือน

1. ใช้วัตถุที่ดึงดูดความสนใจมีสีสัมผัสที่ตัดกัน ลวดลายและเนื้อ

ผ้าแตกต่างกันเพื่อให้เด็กเรียนรู้ด้วยการเคลื่อนไหวและใช้ประสาทสัมผัส

2. พัฒนาการประสานสัมพันธ์ระหว่างตา-มือของเด็ก โดยการวางของเล่นตุ๊กตา บล็อก ของเล่นอื่น ๆ ไว้ใกล้พอที่เด็กจะเอื้อมถึงได้เอง
  3. ผู้ให้การเลี้ยงดูเด็กแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ เพื่อให้เด็กได้เลียนแบบ เช่น การยิ้ม การอ้าปาก
  4. นำของเล่นมาให้เด็กเล่นแล้วนำไปซ่อน จากนั้นนำออกมาใหม่และเล่นอีกเพื่อส่งเสริมให้เด็กได้มองตามวัตถุและใช้สายตาค้นหา
  5. เล่นเกมจะอยู่กับเด็กหรืออาจใช้ผ้าหรือกระดาษปิดของเล่นเพียงบางส่วนเพื่อให้เด็กดึงของเล่นออกมา หรือดึงผ้าออก
- การส่งเสริมพัฒนาการทางภาษาของเด็กทารก 4 – 8 เดือน

1. พูดคุยกับเด็กเมื่อเด็กส่งเสียงอ้อแอ้ หรือร้องเพลง ส่งเสียงลักษณะต่าง ๆ กับเด็ก
2. ฟังและตอบสนองเด็กเมื่อเด็กส่งเสียง
3. ผู้ให้การเลี้ยงดูเด็กควรยืนในตำแหน่งที่เด็กสามารถมองเห็น ในขณะที่มีการสนทนา
4. เรียกชื่อและพูดกับเด็ก
5. เมื่อเด็กแสดงความรู้สึกผ่านเสียง ผู้ให้การเลี้ยงดูเด็กควรตอบสนองด้วยเสียงที่สะท้อนความรู้สึกด้วยเช่นกัน

### 3. วิธีส่งเสริมพัฒนาการของเด็กทารก 8 – 12 เดือน

การส่งเสริมพัฒนาการทางการควบคุมกล้ามเนื้อของเด็กทารก 8 – 12 เดือน

1. เมื่อเด็กยกตัวขึ้นนั่งเองได้ควรจัดพื้นที่โล่งให้กับเด็กและให้เด็กได้นั่งเป็นเวลาสั้น ๆ เพราะเด็กจะเหนื่อยเร็ว
2. เมื่อเด็กพยายามยืนโดยจับแขนหรือยึดเกาะเฟอร์นิเจอร์ควรเคลื่อนย้ายเฟอร์นิเจอร์ที่จะล้มทับเด็กออกไป
3. เมื่อเด็กยืนได้เองและนั่งลงหลังจากยืนได้ชั่วคราว ควร

ยินยอมให้เด็กได้ยืนด้วยตนเอง จัดพื้นที่ให้โล่งไม่มีวัตถุที่เป็นอันตรายกับเด็ก เพราะเด็กจะล้มบ่อยในขณะที่พยายามนั่ง

4. ปล่อยให้เด็กคลานเล่น โดยกระตุ้นให้เด็กคลาน วางของเล่นให้ไกลจากระยะ เอื้อมถึงเล็กน้อย เพื่อกระตุ้นให้เด็กคลานไปหยิบ
5. เมื่อเด็กพยายามยกก้าวไปข้างหน้า ให้จับมือเด็ก จัดอุปกรณ์ให้เด็กเกาะเพื่อใช้ในการประคองตัว ขณะยกก้าวไปข้างหน้า
6. ปล่อยให้เด็กคลานขึ้นบันได คอยดูให้เด็กคลานได้อย่างปลอดภัย ปิดกั้นบันไดที่ไม่ต้องการให้เด็กใช้
7. ให้เด็กเดินโดยจับมือเด็กเดินช้า ๆ ไปรอบ ๆ ห้องยอมให้เด็กก้าวอย่างและประคองตัวตามที่เด็กต้องการ การโอบเออนของลำตัวเด็กจะช่วยให้ทราบว่า เป็นการหยุดหรือเริ่มต้นของเด็ก
8. คอยให้การช่วยเหลือเมื่อเด็กพยายามปีนขึ้นบนเฟอร์นิเจอร์
9. เมื่อเด็กเริ่มใช้นิ้วหัวแม่มือกับนิ้วในการหยิบของได้แล้ว ให้จัดหาวัตถุที่มีขนาดเล็กพอที่มือหยิบและจับยกได้ให้กับเด็ก
10. เล่นเกมที่มีการปรบมือ การทูป การเคาะร่วมกับเด็ก
11. เตรียมวัตถุที่เด็กอุ้มถือได้ให้กับเด็กเพื่อให้เด็กได้ใช้มือทั้งสองข้างประคองวัตถุ อาจเล่นเกมย้ายวัตถุ
12. เมื่อเด็กเริ่มจับปากกา ดินสอสี ควรจัดวัสดุและที่วางอธิบายและสาธิตวิธีการโดยให้เขียนบนกระดาษ ไม่ใช่บนพื้นและคอยดูเวลาเด็กใช้เอง โดยให้อิสระเด็กในการขีดเขียน ชมเชยเด็กในความพยายามและความสนใจของเด็ก
13. เมื่อเด็กเอื้อมหยิบวัตถุ สัมผัสลึบคลำวัตถุ ให้เตรียมวัตถุที่มีผิวสัมผัสแตกต่างกัน เด็กสามารถหยิบจับสัมผัสได้อธิบายหรือสาธิตการใช้มือลูบ บรรยายลักษณะของผิว

สัมผัสของวัตถุแต่ละชนิด เช่น “ขนแกะนุ่ม” ให้เด็กได้มี  
โอกาสลูบสัมผัสวัตถุหลาย ๆ ชนิด

14. จัดเตรียมวัตถุหลายอย่างที่เร้าความสนใจของเด็กเพื่อให้  
เด็กได้เอื้อมจับหรือสำรวจ
15. จัดเตรียมบล็อกที่มีขนาดเล็กให้เด็กได้ใช้มือข้างที่ถนัด  
หยิบบล็อกมาตั้งเป็นกอง
16. หาเสื้อผ้าที่มีซิปหรือกระดุมที่มีรั้งดุมขนาดใหญ่ ให้เด็กได้  
ลองรูดซิปหรือปลดกระดุม ควรให้เด็กได้เล่นกับสิ่งเหล่านี้  
เด็กวัยนี้ยังไม่เข้าใจว่าควรถอด หรือสวมเสื้อผ้าเวลาใด  
จึงต้องคอยยับยั้งเมื่อไม่ใช่เวลาที่ถอดเสื้อผ้า

#### การส่งเสริมพัฒนาการทางอารมณ์ของเด็กทารก 8 – 12 เดือน

1. เมื่อเด็กแสดงความพอใจ มีความสุขหรือสนุกสนาน ควร  
ส่วนร่วมกับการแสดงออกทางอารมณ์กับเด็ก แสดงให้เด็ก  
เห็นด้วยการยิ้ม ใช้น้ำเสียงที่แสดงความเป็นมิตร โอบกอด  
ลูบตัว ตบเด็กเบา ๆ
2. เมื่อเด็กแสดงความกังวลใจ ควรพูดกับเด็กด้วยน้ำเสียง  
เบา ๆ อย่างสงบ ร้องเพลง กอด ลูบตัวเด็ก เปลี่ยนแปลง  
สถานการณ์ใหม่ถ้าจำเป็น
3. เมื่อเด็กแสดงความกลัว ควรตรวจสอบให้ทราบสาเหตุ  
และกำจัดออก ถ้าทำได้ใช้การพูดเบา ๆ อย่างสงบ  
ร้องเพลง กอด และลูบตัวเด็ก
4. เมื่อเด็กโกรธ ควรตรวจสอบให้ทราบสาเหตุและกำจัดออก  
ถ้าทำได้ พูดคุยกับเด็กเบา ๆ อย่างสงบ บางครั้งใช้วิธีการ  
อุ้มและปลอบ หรือช่วยให้เด็กเริ่มกิจกรรมอื่นใหม่ เพื่อให้  
ลืมการมีอารมณ์โกรธ
5. เมื่อเด็กปฏิเสธสิ่งของหรือสถานการณ์ต่าง ๆ ควรให้เด็ก  
ได้มีโอกาสเลือกตามที่ต้องการลองนึกถึงทางเลือกอื่น ๆ  
สำหรับสถานการณ์หรือสิ่งที่เด็กต้องการจริง ๆ เช่น เด็ก  
อาจต้องการเวลา หรือสถานที่ใหม่ ๆ
6. ระบุและบันทึกของเล่นที่เด็กชอบ ควรตรวจสอบดูให้แน่ใจ



เสมอว่ามีของเล่นที่เด็กชอบวางไว้ให้เด็กได้เล่นเสมอ

7. ให้เด็กได้ช่วยตนเองในการรับประทานและสวมเสื้อผ้าตามความสามารถของเด็กและมีความอดทนในการรอคอยในขณะที่เด็กช่วยตนเอง

8. เมื่อเด็กแสดงความรักหรือชอบ ควรยอมรับพฤติกรรมนั้น และตอบสนองด้วยการยิ้มและโอบกอดสัมผัสเด็ก

9. เด็กเริ่มพัฒนาความรู้สึกในการนับถือตนเอง ควรหลีกเลี่ยงคำว่า “อย่า” หรือ “ไม่” ให้น้อยลง เมื่อต้องการควบคุมเด็กเพื่อเด็กจะได้เรียนรู้การให้ความสำคัญกับสถานการณ์ต่าง ๆ ด้วยตนเอง เมื่อเด็กต้องเรียนรู้ที่จะควบคุมพฤติกรรมของตน ใช้ความหนักแน่น โดยไม่ใช้น้ำเสียงที่โกรธ แต่แสดงสีหน้า แสดงความหนักแน่นโดยไม่ยิ้ม เมื่อพูดคำว่า “อย่า” หรือ “ไม่”

10. ให้การชมเชยเมื่อเด็กแสดงให้เห็นว่าสามารถควบคุมพฤติกรรมของตนได้ เช่น ทำท่าจะขว้างของเล่น แต่ลดมือลงไม่ทำ เป็นต้น

11. ควรใช้การออกคำสั่งให้น้อยที่สุดแต่ให้ใช้คำชมเชยเมื่อเด็กทำตามคำสั่งได้

12. ระบุพฤติกรรมเด็ก 2 ชนิด ในแต่ละลักษณะของพฤติกรรมที่เป็นการแสดงถึง พื้นฐานทางอารมณ์ของเด็ก และระบุถึงการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ที่ผู้ให้การเลี้ยงดูเด็กต้องทำเพื่อช่วยให้เด็กสามารถรับสถานการณ์ประจำวันได้

การส่งเสริมพัฒนาการทางสังคมของเด็กทารก 8 – 12 เดือน

1. ให้เด็กมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นโดยตอบสนองพฤติกรรมของเด็ก เช่น การคุย การเล่น และให้เด็กได้มีโอกาสอยู่ร่วมกับเด็กโตและผู้ใหญ่
2. ริเริ่มการคุยและเล่นกับเด็ก
3. เมื่อเด็กกลัวคนแปลกหน้า ควรป้องกันเด็กจากคนแปลกหน้าที่พยายามเข้าใกล้

4. ควรให้เด็กได้ติดตามผู้ให้การเลี้ยงดูไปในที่ต่าง ๆ และจัดให้เด็กได้มีโอกาสเห็นผู้ให้การเลี้ยงดูเด็กในห้องตามจุดต่าง ๆ
  5. ตอบสนองเมื่อเด็กอยากเล่น โดยให้เด็กได้เล่นเกมต่าง ๆ เช่น ตบแผะ
  6. เมื่อเด็กเริ่มรู้จักชื่อเด็กอื่นที่มีเพศเดียวกัน ควรใช้คำพูดโดยระบุชื่อ เช่น “น้องนัท” เป็นเด็กผู้หญิงตัวใหญ่ “น้องอิน” เป็นเด็กผู้ชายตัวใหญ่
  7. สนับสนุนให้เด็กกล้าแสดงออก โดยสังเกตไม่ให้เกิดพัฒนาพฤติกรรมไปในทางก้าวร้าว
  8. เมื่อเด็กเพลิดเพลินกับการเล่นเพื่อความสุขของตนเองโดยยังไม่รู้จักคำนึงถึงผู้อื่น ควรพูดแสดงข้อจำกัด ให้เด็กทราบ และช่วยให้เด็กเลือกกิจกรรมและอุปกรณ์เองได้
  9. เมื่อเด็กแสดงความเป็นเจ้าของในตัวของบุคคล ควรพูดให้เด็กมั่นใจว่าผู้ให้การเลี้ยงดูเด็กจะมาที่นี้หรือจะกลับมาและคุยกับเด็กอีก
  10. เมื่อเด็กแสดงความเป็นเจ้าของในของเล่นประเภทต่าง ๆ ควรจัดของเล่นให้เพียงพอเพื่อเด็กจะมีของเล่นได้ตามต้องการ
  11. เมื่อเด็กแสดงอาการอาย เกาะติดคนเลี้ยง ควร กอด อุ้ม ลูบตัวเด็ก ให้เด็กอยู่ ใกล้ชิดและแสดงกิริยาให้เด็กเกิดความมั่นใจว่าผู้ให้การเลี้ยงดูเด็กจะกลับมาที่นี้
  12. เมื่อเด็กแสดงอาการเรียกร้องความสนใจ ผู้ให้การเลี้ยงดูเด็กควรแสดงอาการให้ความสนใจด้วยคำพูดถ้าไม่สามารถเข้าไปหาเด็กได้ในขณะที่กำลังดูแลเด็กคนอื่นอยู่
- การส่งเสริมพัฒนาการทางด้านสติปัญญาของเด็กทารก

#### 8 – 12 เดือน

1. ควรจัดของเล่นที่ดึงดูดความสนใจไว้ใกล้มือเด็กเพื่อให้เด็กได้ใช้ประสาทสัมผัส
2. เล่นเกมซ่อนหา เช่น ตุ๊กตาใต้พรม ซ่อนบล็อกไว้หลังผู้ให้

- การเลี้ยงดูเด็กเพื่อให้เด็กเรียนรู้เรื่องการคงอยู่ของวัตถุ
3. เพื่อให้เด็กได้เรียนรู้ว่าผู้อื่นเป็นต้นเหตุของการกระทำต่าง ๆ ผู้ให้การเลี้ยงดูเด็ก ควรพูดแสดงถึงการกระทำของตน เช่น “พี่สายหยิบ ลูกบอลซ่อนไว้ได้หมอน”
  4. ผู้ดูแลเด็กแนะนำให้เด็กเล่นเกมที่ต้องทำท่าเลียนแบบ และจัดบริเวณให้เวลาที่เด็กเล่น

#### การส่งเสริมพัฒนาการทางด้านภาษาของเด็กทารก 8 – 12 เดือน

1. ตอบสนองต่อเสียงและความรู้สึกของเด็กโดยการคุย
2. บอกชื่อของวัตถุต่าง ๆ โดยใช้คำ ๆ เดียว แล้วจึงพูดเป็นประโยคสั้น ๆ เช่น “กระดิ่ง”
3. ให้เด็กได้เรียกชื่อพ่อแม่ โดยพูดเล่าเกี่ยวกับ พ่อ แม่
4. จัดให้เด็กได้ฟังเสียงดนตรี เพลง และเสียงที่เกิดขึ้นเป็นประจำ แสดงอาการรับรู้ ถึงการตอบสนองของเด็ก เช่น “น้องบี ได้ยินเสียงเขย่าขวดนมใช่ไหมคะ?”
5. ใช้ชื่อเรียกสิ่งต่าง ๆ ที่เด็กกำลังคุ้นเคยเรียนรู้ในสภาพรอบตัวเด็กบ่อย ๆ เช่น รองเท้า เสื้อ ขวดนม ฯลฯ
6. เรียกชื่อเด็กก่อนทุกครั้งที่มีสนทนากับเด็ก
7. ตอบสนองต่อการส่งข่าวสารหรือแสดงความรู้สึกต่าง ๆ ของเด็กด้วยการพูดถึงอารมณ์ของเด็กขณะนั้นว่า “น้องนัทกำลังโกรธใหญ่แล้ว”
8. พูดถึงพฤติกรรมที่เกิดขึ้นบ่อยครั้งและตอบสนองต่อการใช้คำพูดของเด็ก เช่น พูดว่า “บ้าย-บาย” แล้วโบกมือทำซ้ำอีกครั้งเมื่อมีโอกาส
9. พูดคุยโต้ตอบการส่งเสียงคุยของเด็ก เช่น “น้องจ๋า กำลังคุยกับตุ๊กตาระต่าย”
10. ให้เด็กได้ฝึกพูดคำต่าง ๆ ซ้ำ ๆ โดยให้เด็กได้ส่งเสียงเล่น คำ ตอบสนองและพูด ชมเชยเด็ก
11. ให้เด็กได้เชื่อมโยงคำพูดกับวัตถุต่าง ๆ โดยชี้หรือสัมผัสสิ่งของขณะที่เรียกชื่อ เช่น พูดว่า “แมว” ขณะที่ชี้ไปที่แมว
12. จัดหาหนังสือภาพที่มีภาพสิ่งของที่เด็กคุ้นเคย แล้วชี้ไปที่

ภาพวัตถุขณะที่เรียกชื่อและทำซ้ำ ๆ บ่อย ๆ  
 13. จัดให้เด็กได้มีบริเวณและอุปกรณ์ในการขีดเขียน เช่น กระดาษ  
 สีเทียนแท่งใหญ่

## ตอนที่ 2 เด็กกำพร้าในสถานสงเคราะห์

### 2.1 ความหมายและที่มาของเด็กกำพร้า

สมาคมสวัสดิการเด็กแห่งประเทศไทย (อ้างถึงใน รัตนา รัชส์สันติภักดี, 2542) ได้จำแนกเด็กที่ถูกทอดทิ้งไว้เป็น 3 ประเภท คือ

1. เด็กกำพร้าแท้ คือ เด็กกำพร้าที่ไว้ที่พึ่งโดยสิ้นเชิง ขาดพ่อแม่ ญาติพี่น้องที่ให้การอุปถัมภ์เลี้ยงดูเด็กเหล่านี้ ในที่สุดมักจะต้องอยู่ในความคุ้มครองดูแลของกรมประชาสงเคราะห์

2. เด็กกำพร้าบิดามารดา แต่ยังมีญาติพี่น้อง หรือผู้ใกล้ชิดให้การอุปถัมภ์เลี้ยงดูเด็กเหล่านี้ซึ่งอาจจะให้เพียงพอกับความต้องการด้านร่างกายและจิตใจหรือด้อยกว่า

3. เด็กกำพร้าเทียม เป็นเด็กที่ยังคงมีบิดา มารดา แต่ขาดการตอบสนองอย่างเพียงพอในเรื่องความต้องการด้านความรัก และความอบอุ่นจากบิดา มารดา

รัตนา รัชส์สันติ (2542) กล่าวว่า เด็กกำพร้า หมายถึง เด็กที่ขาดความรัก ความเอาใจใส่ ขาดการตอบสนองต่อความต้องการพื้นฐานจากครอบครัว ทั้งนี้เป็นผลเนื่องมาจากการเสียชีวิตของบิดามารดา ญาติและผู้เกี่ยวข้อง

สรุปได้ว่า เด็กกำพร้า หมายถึง เด็กที่ถูกทอดทิ้งจากบิดา มารดา ญาติพี่น้อง และผู้เกี่ยวข้อง ขาดความรัก ความอบอุ่น การดูแลเอาใจใส่ และขาดการตอบสนองทางความต้องการพื้นฐานของร่างกาย

สำหรับที่มาของเด็กกำพร้า ทิชา ณ นคร (ม.ป.ป.) ได้กล่าวว่า ร้อยละ 80 เปอร์เซ็นต์ของเด็กกำพร้า เป็นเด็กที่ถูกทิ้งหลังคลอดที่โรงพยาบาลและที่สาธารณะ ร้อยละ 11 เปอร์เซ็นต์ เป็นเด็กที่มาจากครอบครัวมีปัญหา และผู้ปกครองให้การเลี้ยงดูไม่เหมาะสม ร้อยละ 5 เปอร์เซ็นต์ เป็นเด็กที่เป็นบุตรของผู้ที่ได้รับการสงเคราะห์จากกรมประชาสงเคราะห์ และร้อยละ 4 เปอร์เซ็นต์ เป็นเด็กที่เร่ร่อน และเด็กพลัดหลง

รัตนา รัชส์สันติภักดี (2542) กล่าวว่า เด็กกำพร้าในสถานสงเคราะห์เด็กโดยทั่วไปมาจากเด็กถูกทิ้งหลังคลอด เด็กที่มาจากครอบครัวมีปัญหา เด็กที่เป็นบุตรของผู้รับการสงเคราะห์และเด็กเร่ร่อนพลัดหลง

สรุปได้ว่า เด็กกำพร้าส่วนใหญ่มาจากการถูกทิ้งหลังคลอดที่โรงพยาบาลและถูกทิ้งในที่สาธารณะ มีส่วนน้อยเท่านั้นที่มาจากครอบครัวที่มีปัญหา เด็กที่ผู้ปกครองให้การเลี้ยงดูอย่างไม่เหมาะสม เด็กเร่ร่อน จรจัด และเด็กพลัดหลง นอกจากนั้น ยังมีเด็กที่ไม่ได้ถูกทอดทิ้งแต่บิดา มารดาเป็นผู้อยู่ในการสงเคราะห์ของกรมประชาสงเคราะห์

## 2.2 สภาพปัญหาของเด็กกำพร้าในสถานสงเคราะห์

### สภาพปัญหาด้านพัฒนาการของเด็กกำพร้า

เสริมศักดิ์ วิชาลาภรณ์ (2520) ได้กล่าวถึงลักษณะการแสดงออกทางอารมณ์ของเด็กกำพร้าว่ามี 2 ลักษณะคือ

1. เก็บตัว ยอมรับสภาพที่เป็นอยู่ เงียบขรึม ซ้ำร้าย หนีสังคม
2. ก้าวร้าวในสังคม มีความกระตือรือร้นสูง ซื่อฉลาดคนอื่น

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ (2523) ได้กล่าวถึง ลักษณะเด็กกำพร้าที่ถูกทอดทิ้งและไม่ได้ได้รับความรัก ความอบอุ่นอย่างเพียงพอหรือขาดการปฏิสัมพันธ์กับคนเลี้ยงดูนั้น จะสามารถสังเกตจากพฤติกรรมต่าง ๆ ที่เด็กแสดงออกมาในช่วง 3-5 ปี ซึ่งจะมีพฤติกรรมคล้ายเด็กวัย 1 หรือ 2 ปี นอกจากนี้ยังมีพฤติกรรมอื่น ๆ ที่เป็นพฤติกรรมที่ผิดปกติ อาทิเช่น

1. มีอาการเซื่องซึม เก็บตัว ไม่พูดจา หรืออาจพูดน้อย
2. ต่อต้าน ก้าวร้าว ไม่เชื่อฟัง
3. พฤติกรรมที่แสดงออกถึงปัญหาทางอารมณ์และจิตใจ เช่น การโยกตัวไปมา การส่ายศีรษะอยู่ตลอดเวลา การมีความกลัวหรือ ซ้ำร้ายมากเกินไป บางคนอาจมีปฏิกิริยาต่อการถูกทอดทิ้งหรือการจากไปมากเกินไป จนเด็กบางคนกลายเป็นคนติดพี่เลี้ยง หรือติดผู้มาเยี่ยมเยียน
4. มีการเคลื่อนไหวผิดปกติ เช่น ชนมากจนไม่มีสมาธิที่จะทำอะไรเหมือนเด็กวัยเดียวกัน หรือเคลื่อนไหวช้าในลักษณะอ่อนปวกเปียกไม่คล่องตัว
5. มีปัญหาด้านการรับประทานอาหาร การนอน การขับถ่าย เช่น รับประทานอาหารยาก ชอบอมข้าว นอนละเมอเป็นประจำ ควบคุมการขับถ่ายปัสสาวะและอุจจาระในตอนกลางวันไม่ได้

พยอม อิงคตานุวัฒน์ (2524) กล่าวถึง เด็กกำพร้าหรือเด็กที่ถูกทอดทิ้งว่ามี 4 ลักษณะ ดังนี้

1. ไม่โตตามวัย มักคอยฟังผู้อื่นอยู่ตลอดเวลา
2. มีพัฒนาการทางอารมณ์ไม่สมกับอายุ และมีความอดทนต่อสิ่งแวดล้อมได้น้อย
3. สร้างความสัมพันธ์ที่ลึกซึ้งกับใครไม่เป็น
4. ไม่มีอารมณ์ผูกพันกับใคร ๆ

สหทัยมูลนิธิ (2535) ได้กล่าวถึงพัฒนาการของเด็กที่ถูกทอดทิ้งไว้ดังนี้

1. พัฒนาการด้านการเคลื่อนไหวและการใช้กล้ามเนื้อ เด็กมีทักษะในการเคลื่อนไหวและการประสานระหว่างตา-มือ ไม่เหมาะสมกับวัย ขาดทักษะในการทรงตัว และยังพบว่าเด็กบางคนกล้ามเนื้ออ่อนแรง ควบคุมกล้ามเนื้อได้ไม่ดี

2. พัฒนาการด้านอารมณ์ เด็กมักมีอารมณ์หงุดหงิด โกรธง่ายและมีพฤติกรรมในการทำร้ายตนเองสูงมาก มีลักษณะเก็บกด ปรับตัวยาก มักมีอาการหวาดระแวง ร้องไห้ปฏิเสธสิ่งแปลกใหม่ในสังคม สร้างความสัมพันธ์กับคนแปลกหน้าได้ง่ายแต่ก็ยึดความสัมพันธ์ได้ง่ายเช่นกัน

3. พัฒนาการด้านการเรียนรู้-ภาษา เด็กใช้ภาษาได้น้อยและจำกัด คือ สามารถฟังคำสั่งและตั้งคำถามที่คุ้นเคย ซ้ำ ๆ กัน เช่น เข้าแถว นั่งซิดฝา นั่งกระโถน ดูทีวี ขึ้นเตียง ฯลฯ ส่วนการพูดโต้ตอบกับบุคคลอื่นนั้นยังทำได้จำกัด

4. พัฒนาการด้านการรับรู้เกี่ยวกับตนเอง เด็กถูกเลี้ยงดูให้ใช้ชีวิตแบบรวมกลุ่มจึงไม่มีโอกาสได้เลือกทำในกิจกรรมที่ตนสนใจ และไม่มีโอกาสได้เป็นผู้นำ ทำให้เด็กไม่มีความสุขและไม่พอใจในตนเองและสิ่งแวดล้อม

ดังนั้นจึงสรุปได้ว่าเด็กกำพร้ามีพัฒนาการช้า ไม่สมกับวัยในด้านร่างกาย ด้านอารมณ์ สังคมและสติปัญญา เนื่องจากขาดการดูแลเอาใจใส่ที่ดีและขาดการกระตุ้นให้เกิดการเรียนรู้จากผู้เกี่ยวข้อง

#### สภาพปัญหาด้านสุขภาพของเด็กกำพร้า

สหทัยมูลนิธิ (2535) ได้กล่าวว่าสาเหตุของปัญหาสุขภาพเด็กกำพร้าในสถานสงเคราะห์ นอกจากเกิดจากพันธุกรรมและภาวะการตั้งครรภ์ของมารดาแล้ว ยังมีสาเหตุอื่นอีก ดังต่อไปนี้

1. ลักษณะการเลี้ยงดูและสภาพแวดล้อมของสถานสงเคราะห์
2. ผลกระทบจากจิตใจที่บอบช้ำของเด็ก

### สภาพปัญหาด้านสังคมสงเคราะห์

สหทัยมูลนิธิ (2535) ยังได้กล่าวอีกว่าการบริการด้านสังคมสงเคราะห์แก่เด็กกำพร้าในสถานสงเคราะห์นั้นยังคงมีปัญหาในด้านต่าง ๆ อาทิเช่น

1.กรณีเป็นบุตรของผู้รับการสงเคราะห์ นักสังคมสงเคราะห์ยังไม่มีแผนการในการดำเนินงานที่ชัดเจน เนื่องจากสถานสงเคราะห์ได้เปลี่ยนสถานภาพของบุตรผู้รับการสงเคราะห์ให้เป็นเด็กถูกทอดทิ้งหรือเป็นเด็กกำพร้าเทียม

2.กรณีเด็กถูกทอดทิ้ง คือ เด็กที่มีปัญหาด้านหลักฐานของเอกสารต่าง ๆ ดังนั้นโอกาสที่เด็กจะต้องอยู่ที่สถานสงเคราะห์จนอายุ 18 ปี จึงมีมาก เพราะขาดการติดตามเอกสารและข้อมูลเกี่ยวกับตัวเด็กอย่างจริงจัง แผนการในการติดตามหาญาติไม่ชัดเจน การเพิ่มชื่อในทะเบียนบ้านเกิดความล่าช้า หรือเกิดจากความล่าช้าของการระงับการติดตาม

3.กรณีเด็กที่กรมประชาสงเคราะห์ส่งระงับการติดตาม เด็กกลุ่มนี้พร้อมที่จะได้รับการพิจารณาให้ไปอยู่กับครอบครัวบุญธรรมที่เหมาะสม แต่อาจมีเหตุบางประการที่ทำให้เด็กยังตกค้างอยู่ในสถานสงเคราะห์ อาทิเช่น ข้อมูลส่วนตัวของเด็กยังไม่สมบูรณ์ การเพิ่มชื่อในทะเบียนบ้านยังไม่เรียบร้อย ข้อมูลทางสุขภาพยังไม่ชัดเจน

4.กรณีเด็กที่ได้ครอบครัวบุญธรรม เป็นเด็กที่ถูกจับคู่ให้กับครอบครัวบุญธรรมเรียบร้อยแล้วโดยศูนย์บุญธรรม แต่พบว่าไม่มีการดำเนินงานต่อเพื่อเตรียมเด็กให้พร้อมสำหรับการเข้าไปอยู่ในครอบครัวบุญธรรม

5.กรณีเด็กถูกคืนจากครอบครัวบุญธรรมและครอบครัวแท้ ๆ ของเด็กเอง ซึ่งควรจะมีการทำความเข้าใจกับครอบครัวบุญธรรมหรือครอบครัวแท้ ๆ ของเด็กให้เข้าใจถึงสภาพข้อเท็จจริงเกี่ยวกับตัวเด็ก อันเกิดจากการที่เด็กถูกเลี้ยงดูและเติบโตขึ้นในสถานสงเคราะห์ เพื่อป้องกันไม่ให้ผู้ขอรับเลี้ยงเด็ก คาดหวังกับเด็กกำพร้าในสถานสงเคราะห์มากเกินไป

จากการศึกษาสภาพปัญหาของเด็กกำพร้าในสถานสงเคราะห์ พอจะสรุปได้ว่า ภาวะการเลี้ยงดู สภาพแวดล้อมและการดำเนินการในการเกี่ยวกับงานสังคมสงเคราะห์ของสถานสงเคราะห์นั้นยังไม่ได้มาตรฐานอาจเนื่องมาจากมีเด็กถูกทอดทิ้งจำนวนมาก การดูแลไม่ทั่วถึงและขาดการดำเนินงานที่เป็นระบบและจริงจัง ทำให้เด็กกำพร้าเกิดปัญหาขึ้นมากมาย อันเป็นผลต่ออนาคตของชาติและสังคม

### ตอนที่ 3 พื้นอารมณ์

#### 3.1 ความหมายของพื้นอารมณ์ (Temperament)

Allport, Bates & Goldsmith (cited in Cole & Cole, 1989) ให้ความหมายของพื้นอารมณ์ว่า เป็นลักษณะเฉพาะที่เกิดขึ้นเองโดยธรรมชาติของมนุษย์แต่ละบุคคลเพื่อตอบสนองต่อสิ่งต่าง ๆ ที่อยู่รอบตัว ลักษณะดังกล่าวนี้ เป็นการแสดงออกที่คงที่ แต่มีความแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล กล่าวคือ เป็นลักษณะที่มีมาแต่กำเนิด และถ่ายทอดทางพันธุกรรม

Chess (1967) กล่าวว่า พื้นอารมณ์เป็นคำที่ใช้บรรยายถึงจังหวะและความสม่ำเสมอในการทำงานของร่างกาย ระดับการเคลื่อนไหว ความสามารถในการปรับตัว ลักษณะทางอารมณ์ และความรุนแรงในการแสดงออกทางอารมณ์ ตลอดจนการตอบสนองต่อสิ่งเร้าในลักษณะของการเข้าหาหรือถอยหนี Chess ได้สรุปว่าพื้นอารมณ์เป็นรูปแบบการตอบสนองต่อสิ่งแวดล้อมที่มีการแสดงออกทางพฤติกรรมอย่างเป็นอิสระ อย่างไรก็ตามพื้นอารมณ์อาจได้รับผลกระทบจากอิทธิพลของปัจจัย และสถานการณ์บางอย่างที่เกิดขึ้นภายหลัง

Buss & Plomin (cited in Fogel, 1991) กล่าวว่า พื้นอารมณ์เป็นลักษณะเฉพาะของบุคคลิกภาพที่ปรากฏในระยะเริ่มแรกของชีวิตที่ได้รับการถ่ายทอดมา ซึ่งเป็นรูปแบบที่แตกต่างกันของพฤติกรรมในแต่ละบุคคล มีความคงที่ในทุกเวลาและสถานการณ์ ซึ่งแสดงถึงอิทธิพลของพันธุกรรม

Rothbart, Derryberry & Kagan (cited in Fogel, 1991) อธิบายว่า พื้นอารมณ์เป็นรากฐานของกระบวนการทางชีววิทยาที่คงที่ของแต่ละบุคคลในการโต้ตอบและการกำกับตนเองเกี่ยวข้องกับกิจกรรมเฉพาะของระบบประสาทส่วนกลางและระบบประสาทอัตโนมัติ โดยไม่จำเป็นต้องได้รับการถ่ายทอดทางพันธุกรรม

Rutter (1982) ได้กล่าวว่า พื้นอารมณ์หมายถึงรูปแบบการตอบสนองต่อบุคคลอื่นหรือสถานการณ์ต่าง ๆ

วิทย์ เทียงบุญธรรม (2525) ให้ความหมายของพื้นอารมณ์ว่า หมายถึง อารมณ์ นิสัย สภาวะทางจิตใจ ความหุนหันพลันแล่น

พยอม อิงคตานุวัฒน์ (2524) ให้ความหมายของพื้นอารมณ์ว่า หมายถึง ความโน้มเอียงของอารมณ์ของบุคคลในการตอบสนองสภาวะแวดล้อม ซึ่งแสดงออกให้เห็นตั้งแต่ในวัยเด็ก

วรัตมา สุขวัฒนานันท์ (2530) ได้สรุปว่า พื้นอารมณ์หมายถึง พฤติกรรมของบุคคลที่มีมาตั้งแต่กำเนิด และเป็นองค์ประกอบพื้นฐานในการตอบสนองต่อสิ่งเร้าทั้งจากภายในและภายนอก



ลักษณะพื้นอารมณ์เหล่านี้ได้แก่ ความสม่ำเสมอของการทำงานของร่างกาย ความสามารถในการปรับตัว ความสนใจและลักษณะอารมณ์ของเด็ก ซึ่งสามารถสังเกตได้ตั้งแต่วัยเด็ก

ยูวดี ทัดตินาพานิช (2539) สรุปว่า พื้นอารมณ์ หมายถึง ลักษณะพฤติกรรมที่มีมาแต่กำเนิดของแต่ละบุคคลเป็นรากฐานของกระบวนการทางชีววิทยาในการตอบสนองต่อสิ่งเร้าทั้งจากภายในและภายนอกบุคคล ประกอบด้วยระดับการเคลื่อนไหว ความสม่ำเสมอของการทำงานของร่างกาย ความสามารถในการปรับตัว การตอบสนองต่อสิ่งเร้า อารมณ์ และ ความรุนแรงของการตอบสนอง เป็นลักษณะพฤติกรรมที่สามารถสังเกตเห็นได้ตั้งแต่วัยเริ่มแรกของชีวิต ซึ่งอาจเป็นลักษณะที่ถ่ายทอดได้ทางพันธุกรรมหรือไม่ก็ได้

จากการศึกษาความหมายของพื้นฐานของอารมณ์ สรุปได้ว่า พื้นอารมณ์ หมายถึง ปฏิกริยาการตอบสนองต่อสภาพแวดล้อม ไม่ว่าจะเป็นบุคคล สถานที่ และเหตุการณ์หรือสถานการณ์ต่าง ๆ ซึ่งปฏิกริยาการตอบสนองเหล่านี้เป็นพฤติกรรมที่มีมาแต่กำเนิด พื้นอารมณ์เหล่านี้ได้แก่ ระดับการเคลื่อนไหว ความสม่ำเสมอในการทำหน้าที่ของร่างกาย ความสามารถในการปรับตัว การเข้าใกล้หรือถอยหนีต่อสิ่งเร้า ระดับความทนได้ต่อสิ่งเร้า ความรุนแรงของการตอบสนอง ลักษณะทางอารมณ์ การหันเหความสนใจ ความคงที่ของช่วงความสนใจ ซึ่งพฤติกรรมเหล่านี้สังเกตเห็นได้ตั้งแต่มกำเนิด

### **พื้นอารมณ์ บุคลิกภาพ และลักษณะอารมณ์**

Rutter (1982) กล่าวว่า คุณสมบัติของพื้นอารมณ์ (temperament attributes) เป็นตัวทำนายว่าเด็กจะตอบสนองต่อสถานการณ์ที่มีความเครียดอย่างไร และเด็กจะมีความผิดปกติทางอารมณ์และพฤติกรรมในรูปแบบใดได้บ้าง สำหรับในวัยเด็ก นิยมใช้คำว่า “พื้นอารมณ์” มากกว่าคำว่า “บุคลิกภาพ”

Hurlock (1974) ได้กล่าวถึง ความแตกต่างของพื้นอารมณ์ (temperament) กับลักษณะอารมณ์ (mood) ว่าลักษณะอารมณ์เป็นการโต้ตอบทางอารมณ์ที่เกิดขึ้นชั่วคราวแสดงให้เห็นถึงรูปแบบการปรับตัวในสถานการณ์ใดสถานการณ์หนึ่งแต่พื้นอารมณ์จะแสดงให้เห็นถึงลักษณะคงที่ (characteristic) ของบุคคล ตลอดจนวิธีการปรับตัวในการดำรงชีวิต

Goldsmith & Campos (cited in Bornstein, 1992) ได้กล่าวว่า พื้นอารมณ์เป็นการแสดงออกทางอารมณ์ในระยะเริ่มแรกที่แตกต่างกันของแต่ละบุคคล และที่สำคัญคือ ผลของพื้นอารมณ์จะส่งผลต่อพฤติกรรมการโต้ตอบของเด็กที่มีต่อโลกภายนอก (social partner)

## องค์ประกอบของพื้นอารมณ์และการจำแนกพื้นอารมณ์

พื้นอารมณ์เป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้ทารกแสดงพฤติกรรมที่แตกต่างกัน แนวคิดเกี่ยวกับพื้นอารมณ์ได้มีมากกว่า 2,500 ปีแล้ว เริ่มจากฮิปโปเครติส (hippocrates) เป็นบุคคลแรกที่คิดทฤษฎีพื้นอารมณ์ขึ้นมา เขาเชื่อว่าร่างกายมนุษย์ประกอบด้วยธาตุ 4 ตัว ได้แก่ ดิน น้ำ ลม ไฟ ซึ่งธาตุทั้ง 4 นี้อยู่ภายในร่างกายในรูปของของเหลว เช่น น้ำดีสีเหลือง (yellow bile) น้ำดีสีดำ (black bile) น้ำเลือด (blood) และ เสมหะ (phlegm) พื้นอารมณ์ของมนุษย์ถูกสร้างขึ้นมาจากสัดส่วนของปริมาณธาตุทั้ง 4 ตัวนี้ นั่นคือ ถ้าบุคคลใดมีน้ำเลือดมาก บุคคลนั้นจะอารมณ์ดี ถ้าบุคคลใดมีน้ำเหลืองมาก บุคคลนั้นจะมีอารมณ์ฉุนเฉียว โกรธง่าย ถ้าบุคคลใดมีน้ำดีสีดำมาก บุคคลนั้นจะมีอารมณ์ซึมเศร้า ใจคอเหี่ยวแห้ง และบุคคลใดที่มีเสมหะมาก บุคคลนั้นจะมีอารมณ์เรื้อย ๆ เฉื่อยชา เป็นต้น (Lerner, 1975)

จะเห็นว่าความแตกต่างของพื้นอารมณ์เป็นที่รู้จักกันมาแล้วตั้งแต่สมัยโบราณเพียงแต่การศึกษาในขั้นนี้ยังไม่เป็นการศึกษาในเชิงวิทยาศาสตร์ จึงทำให้แนวความคิดดังกล่าวไม่เป็นที่เชื่อถือในปัจจุบัน จนกระทั่งประมาณต้นศตวรรษที่ 19 Gesell เป็นบุคคลแรกในการวางรากฐานการวิจัยเชิงวิทยาศาสตร์เกี่ยวกับลักษณะเฉพาะของพฤติกรรมที่แตกต่างกันในทารกแต่ละบุคคลขึ้น และมีการศึกษาตามมาอย่างกระจัดกระจายซึ่งไม่เพียงพอที่จะอธิบายถึงพฤติกรรมที่แตกต่างกันของแต่ละบุคคล จึงทำให้นักวิจัยไม่ได้รับความนิยมนัก หลังจากนั้นงานวิจัยเกี่ยวกับพื้นอารมณ์ก็ได้ซบเซาลง จนกระทั่งถึงกลางทศวรรษที่ 19 Thomas, Chess & Birch (1969) ได้กล่าวว่า ในอดีตที่ผ่านมา การศึกษาพัฒนาการในเด็กจะเน้นที่สิ่งแวดล้อม เช่น ทักษะคิดและการเลี้ยงดูของบิดามารดา ความสัมพันธ์ ระหว่างพี่น้อง ครอบครัว ค่านิยมสังคม ความคาดหวัง และวัฒนธรรมของสังคม ซึ่งไม่สามารถที่จะอธิบายถึงการตอบสนองของเด็กที่ต่างกัน ทั้ง ๆ ที่ได้รับการเลี้ยงดูที่เหมือนกัน ทำให้เกิดการศึกษาระยะยาวที่มีชื่อเสียงอย่างยิ่งที่เรียกว่า The New York Longitudinal Study (NYLS) ขึ้น ซึ่งเป็นการศึกษาเกี่ยวกับพื้นฐานที่ได้รับความสนใจจากนักวิจัยทั่วโลก ทำให้นักวิจัยเกี่ยวกับพื้นอารมณ์ในทารกเริ่มต้นตัวขึ้นมากอีกครั้งหนึ่ง และมีการศึกษาตามมาก็มากมายจนกระทั่งปัจจุบัน

The New York Longitudinal Study เป็นการศึกษาติดตามผลระยะยาวเพื่อทำการแยกแยะประเมินความแตกต่างของพฤติกรรมในเด็กแต่ละคนและสำรวจกระบวนการพัฒนา ระหว่างพื้นอารมณ์ และพฤติกรรมที่ผิดปกติในปี ค.ศ. 1956 โดยศึกษาเด็กจำนวน 136 คน ตั้งแต่อายุ 2-3 เดือน จากการสัมภาษณ์บิดามารดาของเด็กทุกคนทุก ๆ 3 เดือน จนกระทั่งเด็กอายุครบ 1 ปี หลังจากนั้นทำการสัมภาษณ์บิดามารดาเด็กทุก ๆ 6 เดือน จนเด็กอายุครบ 5 ปี ผลการ

ศึกษาปฏิกริยาตอบสนองของเด็กต่อสิ่งแวดล้อม และปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่น Thomas et al., 1956 ได้แบ่งองค์ประกอบพื้นฐานอารมณ์ออกเป็น 9 ด้าน ดังนี้ (Thomas & Chess , 1977)

1. ระดับการเคลื่อนไหว (activity level) หมายถึง ความบ่อยหรือความเร็วในการเคลื่อนไหวของร่างกายขณะที่เด็กกำลังทำกิจกรรมต่าง ๆ เช่น ขณะอาบน้ำ เปลี่ยนเสื้อผ้า เล่นคลาน เอื้อมหยิบของ รวมทั้งสัดส่วนของกิจกรรมที่มีการเคลื่อนไหวมาก หรือน้อยในแต่ละวัน เช่น การอ่านหนังสือ การวิ่งเล่น

2. ความสม่ำเสมอในการทำหน้าที่ของร่างกาย (rhythmicity or regularity) หมายถึง ความสม่ำเสมอในการทำหน้าที่ของร่างกาย เกี่ยวกับระยะเวลาของการนอน การตื่นนอน การหิวแบบแผนในการรับประทานอาหาร นม อาหาร และการขับถ่าย

3. การเข้าใกล้หรือถอยหนีต่อสิ่งเร้า (approach - withdrawal ) หมายถึง การตอบสนองของเด็กต่อสิ่งเร้าหรือสถานการณ์ใหม่ ๆ ว่ายอมรับโดยการเข้าหาหรือปฏิเสธโดยการถอยหนี สิ่งเร้าใหม่อาจเป็นอาหารชนิดใหม่ ของเล่นใหม่ หรือบุคคลแปลกหน้า การเข้าใกล้เป็นการตอบสนองในทางบวก โดยแสดงออกทางอารมณ์ด้วยการยิ้ม การเอื้อมมือหยิบของเล่น การยอมทานและกลืนอาหารชนิดใหม่ ในขณะที่การถอยหนีเป็นการตอบสนองในทางลบและแสดงออกทางอารมณ์ด้วยการร้องไห้ งอแง (fussy) มีการถอยหนี ผลักของเล่นใหม่ออกไปหรือพ่นอาหารออกมา

4. ความสามารถในการปรับตัว (adaptability) หมายถึง ความง่ายในการปรับพฤติกรรมตามทิศทางที่ต้องการ เพื่อตอบสนองต่อสถานการณ์ใหม่ หรือสถานการณ์ที่เปลี่ยนไป เช่น เมื่อเปลี่ยนสถานที่นอนก็สามารถหลับได้

5. ระดับความรุนแรงของสิ่งเร้าที่ทำให้เกิดการตอบสนองหรือระดับความทนได้ต่อสิ่งเร้า (threshold of responsiveness) หมายถึง การตอบสนองของเด็กต่อสิ่งเร้า โดยวัดระดับความรุนแรงของการกระตุ้นที่ก่อให้เกิดพฤติกรรมตอบสนองของเด็กที่สามารถสังเกตเห็นได้ โดยคำนึงถึงพฤติกรรมที่เป็นปฏิกริยาตอบสนองต่อสิ่งเร้าความรู้สึก วัตถุในสภาพแวดล้อม และการติดต่อทางสังคม เช่น พฤติกรรมตอบสนองของเด็กขณะถ่ายอุจจาระปัสสาวะรดผ้าอ้อม

6. ความรุนแรงของการตอบสนอง (intensity of reaction) หมายถึง ระดับความรุนแรง (ชัดเจน) หรือพลังงานที่เด็กใช้ในการตอบสนองต่อสิ่งเร้า โดยไม่คำนึงถึงคุณภาพ หรือทิศทางของการตอบสนองว่าจะ เป็นบวกหรือลบ เช่น เมื่อพบคนแปลกหน้าจะแสดงออกอย่างชัดเจนว่าชอบ (หัวเราะ) หรือไม่ชอบ (ร้องไห้)

7. ลักษณะทางอารมณ์ (quality of mood) หมายถึง อารมณ์ที่เด็กแสดงออกถึงความพอใจ ร่าเริง สนุกสนาน กับความไม่พอใจ ร้องไห้ งอแง ไม่ร่าเริง

8. การหันเหความสนใจ (distractability) หมายถึง ความยากง่ายต่อการถูกรบกวนหรือต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่เด็กกำลังทำอยู่ โดยสิ่งเร้าจากสภาพแวดล้อมภายนอก เช่น เมื่อร้องงอแงไม่ยอมให้เปลี่ยนเสื้อผ้า สามารถหลอกให้หยุดร้องได้ง่ายด้วยของเล่น เสียงเพลง

9. ระดับสมาธิ หรือความคงที่ของช่วงความสนใจ (attention span and persistence) หมายถึง ช่วงระยะเวลาของการใจจดใจจ่อ เป็นเวลานาน และไม่สนใจสิ่งอื่นเลย แต่บางคนสนใจต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง และมุ่งกระทำเพียงระยะสั้นเท่านั้น เช่น หยิบของเล่นหนึ่งอย่างขึ้นมาเล่น แต่เพียงไม่ถึงหนึ่งนาทีก็จะวาง และมองหาของเล่นชิ้นใหม่ต่อไป

จากองค์ประกอบของพื้นอารมณ์ทั้ง 9 ด้านนี้ Thomas & Chess (1977) สามารถแบ่งเด็กออกเป็น 3 กลุ่ม โดยอาศัยองค์ประกอบพื้นอารมณ์ใน 6 ด้านเป็นเกณฑ์ อันได้แก่ ระดับการเคลื่อนไหว ความสม่ำเสมอในการทำหน้าที่ของร่างกาย การเข้าใกล้หรือถอยหนีต่อสิ่งเร้า ความสามารถในการปรับตัว ความรุนแรงของการตอบสนอง และลักษณะทางอารมณ์ ส่วนด้านที่เหลืออันได้แก่ ระดับความรุนแรงของสิ่งเร้าที่ทำให้เกิดการตอบสนอง การหันเหความสนใจ และระดับสมาธิ Thomas & Chess กล่าวว่าไม่ใช่องค์ประกอบหลักในการแยกแยะพื้นอารมณ์ที่แตกต่างกัน เพราะจากการศึกษาพบว่า ไม่ว่าจะใช้ระดับความรุนแรงของสิ่งเร้ามากหรือน้อย ก็ไม่ทำให้เกิดพฤติกรรมที่เป็นปัญหาต่างกัน การหันเหความสนใจก็ไม่ใช่องค์ประกอบที่ทำให้เกิดปัญหาแต่ก่อประโยชน์ เช่น การใช้ของเล่นเบนความสนใจของทารกที่กำลังร้องไห้ ไม่ยอมสวมเสื้อผ้า หรือหยุดเข็นวีลแชร์ผลักไฟ และระดับสมาธิก็ไม่ใช่อุปสรรคในการขัดขวางพัฒนาการที่ดี เพราะเมื่อโตขึ้นเด็กจะเรียนรู้ความรับผิดชอบและสามารถถึงความสนใจของตนเองในการทำสิ่งต่าง ๆ ให้สำเร็จได้ (cited in Carey , 1970)

จากความแตกต่างขององค์ประกอบพื้นอารมณ์ของเด็ก สามารถแบ่งเด็กออกเป็น 3 กลุ่มได้ดังนี้ (Thomas & Chess, 1977)

1. เด็ก “เลี้ยงง่าย” (easy child) ลักษณะพฤติกรรมของเด็กกลุ่มนี้ประกอบด้วย การทำงานของร่างกาย เช่น กิจวัตรต่าง ๆ มีจังหวะ และ อัตราที่สม่ำเสมอ ตอบสนองต่อสิ่งเร้าใหม่ คนแปลกหน้าด้วยการเข้าใกล้ มีความสามารถในการปรับตัวต่อสถานการณ์ใหม่หรือสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงไปได้อย่างรวดเร็ว ลักษณะอารมณ์ดี เป็นมิตร มีความรุนแรงของการตอบสนองในระดับต่ำ หรือ ปานกลาง พบว่าในวัยทารกเด็กกลุ่มนี้จะมีกิจวัตร เช่น การรับประทานอาหาร การนอน ปรับเข้าสู่ตารางเวลาที่สม่ำเสมอได้อย่างรวดเร็ว ปรับตัวเข้ากับสภาพการณ์หรือ

กฎเกณฑ์ใหม่ เช่น อาหารหรือคนแปลกหน้าได้อย่างรวดเร็ว โดยทั่วไปมีอารมณ์ร่าเริง เมื่อโตขึ้น จะเรียนรู้กฎเกณฑ์ใหม่ ๆ ได้อย่างรวดเร็ว เข้าร่วมกิจกรรมใหม่และปรับตัวต่อโรงเรียนได้โดยง่าย เรียกเด็กที่มีลักษณะดังกล่าวว่า “เด็กเลี้ยงง่าย” เพราะเป็นเด็กที่มีปัญหาน้อยมากในการเลี้ยงดู และการฝึกหัด เด็กกลุ่มนี้ประมาณร้อยละ 40 ของกลุ่มตัวอย่าง

2. เด็ก “เลี้ยงยาก” (difficult child) ลักษณะพฤติกรรมของเด็กกลุ่มนี้ประกอบด้วย การทำงานของร่างกาย เช่น กิจวัตรต่าง ๆ มีจังหวะและอัตราที่ไม่สม่ำเสมอ ตอบสนองต่อสิ่งเร้าใหม่ด้วยการถอยหนี ปรับตัวต่อสถานการณ์ใหม่หรือสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงไปได้ยาก ลักษณะอารมณ์ไม่ดี ไม่ร่าเริง ไม่เป็นมิตร มีความรุนแรงของการตอบสนองในระดับสูง พบว่าในวัยทารก กิจวัตรในการรับประทานอาหาร การนอน มีตารางเวลาที่ไม่สม่ำเสมอ ยอมรับอาหารใหม่ได้ช้า ปรับตัวต่อสถานการณ์หรือกิจกรรมใหม่ได้ยาก ร้องไห้งอแงเป็นส่วนใหญ่ ดูเหมือนไม่ค่อยมีความสุข มักร้องไห้หรือหัวเราะเสียงดัง เมื่อไม่ได้ตั้งใจจะลงมือลงเท้า (temper tantrum) ร้องไห้อย่างรุนแรง เด็ก “เลี้ยงยาก” เป็นเด็กที่ต้องการเลี้ยงดูด้วยความอดทน ใจเย็น และสม่ำเสมอเป็นอย่างมาก เด็กกลุ่มนี้มีประมาณร้อยละ 10 ของกลุ่มตัวอย่าง

3. เด็ก “ปรับตัวช้า” (slow-to-warm up child) ลักษณะพฤติกรรมของเด็กกลุ่มนี้ประกอบด้วย การตอบสนองต่อสิ่งเร้าด้วยการถอยหนี ปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ได้ช้า ลักษณะอารมณ์ไม่ค่อยดี มีความรุนแรงของการตอบสนองในระดับต่ำ เป็นเด็กที่อยู่นิ่งไม่ค่อยเคลื่อนไหว (inactive) เด็กกลุ่มนี้แตกต่างจากเด็กเลี้ยงยากตรงที่การทำหน้าที่ของร่างกายมีความไม่สม่ำเสมอน้อยกว่า และมีความรุนแรงในการตอบสนองในลักษณะต่ำกว่าเด็ก “ปรับตัวช้า” เป็นเด็กที่ต้องการการเลี้ยงดูหรือการฝึกหัดที่อดทน ใจเย็น และให้เวลาแก่เด็กในการปรับตัวอย่างค่อยเป็นค่อยไป เด็กกลุ่มนี้ประมาณร้อยละ 15 ของกลุ่มตัวอย่าง

จะเห็นได้ว่า จากกลุ่มตัวอย่างทั้งหมดในการศึกษา มีเด็กประมาณร้อยละ 65 ที่มีองค์ประกอบของพื้นอารมณ์จัดอยู่ในกลุ่มใดกลุ่มหนึ่งใน 3 กลุ่ม อย่างชัดเจน ส่วนที่เหลืออีก ร้อยละ 35 ของกลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กที่มีองค์ประกอบของพื้นอารมณ์ต่าง ๆ ผสมกัน ไม่สามารถจัดเข้ากลุ่มทั้ง 3 นี้ได้ เด็กบางคนปรับตัวช้าในบางสถานการณ์ หรือปรับตัวช้าเฉพาะสิ่งเร้าบางอย่าง แต่ปรับตัวได้เร็วในสิ่งเร้าอื่น ๆ ในขณะที่บางคนมีพื้นอารมณ์แบบเด็ก “เลี้ยงง่าย” แต่ไม่ยอมไปทุกเรื่อง

### พื้นอารมณ์กับความแตกต่างระหว่างวัฒนธรรม

ในอดีตที่ผ่านมา นักจิตวิทยาส่วนใหญ่สันนิษฐานว่า ความแตกต่างระหว่างพื้นอารมณ์ในทารกและเด็กนั้นมีการกระจายกันแบบสุ่ม ไม่มีเหตุผลที่จะต้องสมมติว่า เด็กในวัฒนธรรมหรือ

ชนชั้นใดในสังคม จะมีพื้นอารมณ์อย่างไร แต่ Freedman สงสัยในข้อสันนิษฐานนี้ จึงเริ่มทำการศึกษาคั้งแรกในปี 1969 โดยใช้ Brazelton's Neonatal Behavioral Assessment (NBAS) และพบว่าทารกอเมริกันเชื้อชาติจีนและญี่ปุ่นจะตกใจน้อยกว่า ปลอดภัยกว่า ปลอดภัยกว่า เลิกให้ความสนใจ (Habituation) ได้เร็วกว่า อารมณ์เสียน้อยกว่าเมื่อเปรียบเทียบกับทารกอเมริกันเชื้อสายยุโรป (Bornstein et al., 1992 Caudill & Weinstein 1969) สังเกตพฤติกรรมการโต้ตอบระหว่างมารดาและทารกข้ามวัฒนธรรมพบรูปแบบพฤติกรรมที่แตกต่างกันระหว่างมารดาและทารกอายุ 1-3 เดือน ชาวญี่ปุ่นและชาวอเมริกัน เช่น ทารกชาวญี่ปุ่นจะสงบและอยู่นิ่ง ๆ (passive) ในขณะที่ทารกชาวอเมริกันจะซนและเคลื่อนไหว (active) มากกว่า

Freedman (cited in Cole & Cole ,1989) สังเกตความแตกต่างของทารกในวันแรกที่เกิด โดยการวางผ้าคลุมจมูกของทารก พบว่า ทารกอเมริกันผิวดำ จะหันศีรษะออกจากผ้า หรือใช้มือปิดผ้าออกโดยเร็ว ซึ่งตรงกันข้ามกับทารกอเมริกันเชื้อชาติจีน จะปล่อยให้ผ้าคลุมจมูก และหายใจทางปากแทน จึงสรุปว่าทารกอเมริกันเชื้อชาติจีนจะสงบกว่า และตกใจน้อยกว่าทารกอเมริกันผิวดำ

และในปี 1979 Freedman (cite in Helen ,1992) ทำการสังเกตทารกแรกเกิดจาก 4 วัฒนธรรม คือ คอเคเซียน (Caucasian) จีน (Chinese) นาวาโฮ (Navaho) และ ญี่ปุ่น (Japanese) พบว่าทารกคอเคเซียน ซนมาก หงุดหงิด และปลอดภัยได้ยาก ในขณะที่ทารกญี่ปุ่นและ นาวาโฮ สงบไม่ซน ทารกญี่ปุ่นตอบสนองต่อสิ่งต่าง ๆ อย่างรุนแรง แต่ปลอดภัยได้ยากกว่าทารกคอเคเซียน และจากการทดสอบมอริรีเฟล็กซ์ (moro reflex) ของทารก พบว่าทารกคอเคเซียน จะเหยียดแขนทั้งสองข้างออกมา ร้องเสียงดังและตัวสั่นมาก ส่วนทารก นาวาโฮ จะหดแขน เข้าหาลำตัว ไม่ค่อยร้องและตัวสั่นเล็กน้อย

Kuchner (cited in Bornstein et al., 1992) ทำการศึกษาระยะยาวในเด็กอเมริกันเชื้อชาติจีน และอเมริกันเชื้อชาติยุโรปตั้งแต่แรกเกิด - 5 เดือน พบว่า ทารกอเมริกันเชื้อชาติจีนสงบไม่ซุกซน ควบคุมตนเองได้ดีกว่าเมื่อเปรียบเทียบกับทารกอเมริกันเชื้อชาติยุโรป นอกจากนี้ Gaudill & Weinstein (cited in Bornstein et al., 1992) ยังพบว่ามารดาอเมริกันเชื้อชาติจีนจะกระตุน และปฏิสัมพันธ์กับทารกน้อยกว่า แต่จะปลอดภัย มากกว่ามารดาอเมริกันเชื้อชาติยุโรป

Hsu, Soong, Stigler, Hong, & Liang (1981) ได้ศึกษาพื้นอารมณ์ของทารกชาวจีนอายุ 4-8 เดือน จำนวน 349 คนในกรุงไทเป ประเทศไต้หวัน โดยใช้แบบวัดพื้นอารมณ์ Revised Infant Temperament Questionnaire ของ Carey & Mcdevitt (1978) ได้ศึกษาในเด็กอเมริกันผล

การศึกษาพบว่าทารกชาวจีนมีระดับการเคลื่อนไหว ความสม่ำเสมอในการทำงานของร่างกาย ตอบสนองต่อบุคคลหรือสิ่งเร้าในเชิงยอมรับ อารมณ์ร่าเริงสนุกสนานน้อยกว่า ระดับความรุนแรงของสิ่งเร้าที่ทำให้เกิดการตอบสนองต่ำกว่า ปรับตัวได้มากกว่า ตอบสนองต่อสิ่งเร้าที่ทำให้เกิดการตอบสนองต่ำกว่า ปรับตัวได้ยากกว่า ตอบสนองต่อสิ่งเร้ารุนแรงและชัดเจนมากกว่า และสามารถหันเหความสนใจทารกได้ง่ายกว่า ทารกชาวอเมริกัน

Likewise, Keefer, Dixon & Brazetton (cited in Bornstein et al., 1988) พบว่าเด็กชาวเคนย่า (Kenya) จะตกใจ และหงุดหงิดได้ง่ายกว่าเด็กอเมริกันเชื้อสายยุโรป (European-American) นอกจากนี้ยังพบว่าเด็กเคนย่าปลอบตนเองด้วยการดูดนิ้วและเลิกให้ความสนใจต่อสิ่งเร้า (habituation) ที่มากระตุ้นโดยการสัมผัสได้เร็วกว่า แต่เด็กอเมริกันเชื้อชาติยุโรปจะเลิกให้ความสนใจต่อสิ่งเร้าที่มากระตุ้นทางตาได้เร็วกว่า และเรียนรู้ได้ดีกว่า

Chisholm, Chisholm & Heath (cited in Bornstein et al., 1992) พบว่า ความแตกต่างในพื้นที่อารมณ์ระหว่างทารกแองโกล (Anglo) อโบริจินีเยล (Aboriginal) และ นาวาโฮ (Navaho) มีสาเหตุบางส่วนเกิดจากระดับความดันโลหิตของมารดาขณะตั้งครรภ์ ฮอริโมนของมารดาที่มีภาวะเครียดจะผ่านทางสะดือมาสู่ทารก กระตุ้นให้ทารกในครรภ์มีภาวะเครียด และถ้ามารดามีภาวะเครียดเป็นเวลานาน จะส่งผลต่อพื้นอารมณ์ของทารกได้

Kagan, Arais & Snidman (cited in Plomin & McGern ,1994) ได้ทำการศึกษาเด็กชาวไอริช (Irish) จำนวน 106 คน ที่เกิดในเมืองดับบลิน (Dublin) และเด็กชาวจีน จำนวน 80 คน ที่เกิดในเมืองปักกิ่ง (Beijing) โดยการบันทึกวีดีโอเทปเพื่อดูกิจกรรม การเคลื่อนไหวได้จากความถี่ในการเคลื่อนไหว แขน ขา การยืดแขน หรือ ขา การโก่งตัว ส่วนการยิ้ม การส่งเสียง การแสดงอาการหงุดหงิด นับจากจำนวนครั้งของการแสดงในแต่ละพฤติกรรม การร้องไห้ นับเป็นช่วงเวลาของการร้องไห้เป็นวินาที ผลการวิเคราะห์พบว่าเด็กชาวจีนมีกิจกรรมการเคลื่อนไหวต่ำกว่า หงุดหงิด และส่งเสียงน้อยกว่า เมื่อเปรียบเทียบกับเด็กชาวไอริช ส่วนการยิ้มของทารกนั้นเป็นเพียงพฤติกรรมเดียวที่ไม่พบความแตกต่างในทั้ง 2 ชาติ

Schwalb & Shoji (1994) ทำการศึกษาโครงสร้างและลักษณะการรับรู้พื้นอารมณ์ของทารกในมารดาชาวญี่ปุ่น โดยใช้เครื่องมือชนิดใหม่ที่พัฒนามาจากแบบสอบถามพื้นฐานทารกของ Carey (1970) โดยให้มารดาชาวญี่ปุ่นอธิบายถึงรูปแบบพฤติกรรมของทารกตามที่มีในแบบสอบถามกลุ่มตัวอย่างประกอบด้วยมารดาจำนวน 469 คน ทำการประเมินพฤติกรรมของทารกในขณะที่ทารกมีอายุ 1, 3 และ 6 เดือน ผลการศึกษาให้ข้อสรุปว่าพื้นอารมณ์ที่วัดได้ในทารกนั้น เป็นเพียงการวัดการรับรู้ของมารดาเกี่ยวกับพื้นอารมณ์ของทารกเท่านั้น ไม่ใช่การวัดพื้นอารมณ์ที่แท้จริง

ของทารก และการรับรู้ของมารดาเกี่ยวกับพื้นอารมณ์ของทารกขึ้นอยู่กับความแตกต่างระหว่างวัฒนธรรม

สำหรับในประเทศไทย พิริยา ธรรมพิสุทธิกุล (2529) ได้ทำการศึกษาเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของลักษณะพื้นอารมณ์ของทารกไทยอายุระหว่าง 4-8 เดือน จำนวน 265 คน เปรียบเทียบกับทารกอเมริกัน จากการศึกษาของ Carey (1978) พบว่า ทารกอเมริกันมีความสม่ำเสมอทางสรีระของร่างกายมากกว่าทารกไทย ตอบสนองต่อบุคคลหรือสิ่งไว้ในเชิงยอมรับมากกว่า และปรับตัวได้ดีกว่าทารกไทยอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

### พื้นอารมณ์กับความแตกต่างระหว่างเพศและชนชั้น

โดยทั่วไปแล้วไม่พบความแตกต่างระหว่างเพศ หรือระดับชนชั้นในกรณีของพื้นอารมณ์ในทารกมากนัก มีข้อยกเว้นเพียงเล็กน้อยทางด้านพัฒนาการเท่านั้น เช่น ทารกเพศหญิงมีคุณภาพทางกายมากกว่าทารกชายเล็กน้อย ทารกชายอ่อนแอกว่าทารกหญิง แต่ทารกชายจะมีกล้ามเนื้อมากกว่าทารกหญิง (Eaton, & Enns, 1986 cited in Helen, 1992) และทั้งทารกหญิงและทารกชาย ไม่มีความแตกต่างกันในองค์ประกอบของพื้นอารมณ์ทั้ง 9 ด้าน ซึ่ง Thomas & Chess (1977) กล่าวว่า ทั้งหญิงและชายมีความเป็นเด็ก “เลี้ยงยาก” และ “เลี้ยงง่าย” ได้เท่า ๆ กัน

Carey (1970); Carey & McDevitt (1978) ได้ทำการศึกษาทารกอายุ 4-8 เดือน จำนวน 203 คน โดยใช้แบบสอบถามพื้นอารมณ์ที่สร้างขึ้น คือ Infant Temperament Questionnaire และ Revised infant Temperament Questionnaire ซึ่งผลการศึกษาพบว่า ไม่มีความแตกต่างระหว่างเพศ กล่าวคือ ทารกเพศหญิง และ เพศชายเป็นเด็ก “เลี้ยงง่าย” และ “เลี้ยงยาก” เท่า ๆ กัน

Sameroff & Kelly (cited in Thomas & Chess, 1977) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบพื้นอารมณ์ของทารก เพศ และลำดับการเกิดโดยใช้ Infant Temperament Questionnaire ของ Carey (1970) ในเด็กทารกอายุ 4 เดือน จำนวน 220 คน ผลการศึกษาพบว่า พื้นอารมณ์ของทารกไม่สัมพันธ์กับเพศ แต่สัมพันธ์กับลำดับการเกิด คือ บุตรคนแรกเคลื่อนไหวมาก ปรับตัวได้ดีกว่าบุตรคนรอง

Hsu, et al., (1981) ทำการศึกษาพื้นอารมณ์ของทารกชาวจีนอายุ 4-8 เดือน จำนวน 349 คน ผลการศึกษาพบว่า ไม่มีความแตกต่างของพื้นอารมณ์ระหว่างเพศ

สำหรับในประเทศไทย พิริยา ธรรมพิสุทธิกุล (2529) ได้ทำการศึกษาเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของลักษณะพื้นอารมณ์ของทารกไทยอายุระหว่าง 4-8 เดือน จำนวน 265 คน โดยใช้แบบ



สอบถามพื้นอารมณ์ทารก (Revised Infant Temperament Questionnaire) ผลการศึกษาไม่พบความแตกต่างของพื้นอารมณ์ระหว่างทารกเพศชายและเพศหญิง

เมื่อเปรียบเทียบทารกที่เกิดในชนชั้นกลาง และครอบครัวยากจน Eaton & Enns (cited in Helen, 1992) พบว่า ไม่มีความแตกต่างระหว่างชนชั้นเช่นเดียวกัน แต่พบว่า ทารกที่มาจากครอบครัวที่ยากจนมีอัตราการตายสูงกว่าจากครอบครัวชั้นกลางถึง 2 เท่า โดยประมาณ ทารกแรกคลอดมักมีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ และมักมีประสบการณ์ในเรื่องโรคแทรกซ้อนที่เกิดจากมารดาในขณะที่ตั้งครรภ์ หรือ จากการคลอด อย่างไรก็ตามถ้าเปรียบเทียบทารกที่มีสุขภาพสมบูรณ์จากทั้ง 2 ชั้นชั้นแล้ว จะไม่พบความแตกต่างในเรื่องทักษะการเรียนรู้ พัฒนาการทางการเคลื่อนไหว หรือการเรียนรู้ระหว่างทารกยากจน และทารกชนชั้นกลางในช่วง 2-3 เดือน แรกของชีวิตเลย

Hsu (1981) ทำการศึกษาพื้นอารมณ์ของทารกชาวจีนอายุ 4-8 เดือน จำนวน 349 คน ผลการศึกษาเมื่อเปรียบเทียบกลุ่มของทารกที่แบ่งตามองค์ประกอบพื้นอารมณ์ในครอบครัวที่มีสถานภาพเศรษฐกิจสังคมต่าง ๆ กันแล้วพบว่า ไม่มีความแตกต่างกัน

พริยา ธรรมชาติพิสุทธิกุล (2529) ได้ทำการศึกษาความแตกต่างของพื้นอารมณ์กับปัจจัยด้านระดับการศึกษาและอาชีพของมารดา ผลการศึกษาไม่พบความแตกต่างกัน

### **พื้นอารมณ์กับพฤติกรรมการโต้ตอบระหว่างมารดาและทารก**

พื้นอารมณ์ของทารกจะมีอิทธิพลต่อรูปแบบการแสดงพฤติกรรมการโต้ตอบของบิดามารดาที่มีต่อทารก ขณะเดียวกันพฤติกรรมการโต้ตอบที่ไม่ดีของบิดามารดาก็จะส่งผลต่อพื้นอารมณ์ของทารกด้วยเช่นกัน

Mohar (1988) กล่าวว่า ความแตกต่างของพื้นอารมณ์ของทารก ทำให้ทารกตอบสนองต่อสิ่งแวดล้อมแตกต่างกันไป ซึ่งจะส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมการโต้ตอบของบิดามารดาและจากการศึกษาของ Thomas & Chess (1977) ได้เน้นอิทธิพลของมารดาที่มีต่อทารก เพราะมารดามีบทบาทในการเลี้ยงดูทั้งกลางวันและกลางคืน ความรักใคร่ผูกพันตลอดจนความสัมพันธ์ที่มั่นคง และพฤติกรรมการโต้ตอบระหว่างมารดาและทารกจะมีอิทธิพลต่อรูปแบบของพัฒนาการและทิศทางการแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ในเวลาต่อมา

Thomas & Chess (1977) กล่าวว่า ความแตกต่างระหว่างพื้นอารมณ์ของทารกแต่ละคน มีบทบาทสำคัญต่อการสร้างปฏิสัมพันธ์ทางสังคมและมีผลกระทบต่อพฤติกรรมการโต้ตอบระหว่างมารดาและทารกเป็นอย่างยิ่ง ซึ่งอาจสะสมเป็นผลกระทบที่มีต่อพัฒนาการของทารกต่อไป

Dunn & Kendrick (1982) ทำการศึกษาระยะยาวโดยการสังเกตพื้นอารมณ์ของทารกกับความแตกต่างกันของความสัมพันธ์ในครอบครัว การตอบสนองของทารกต่อการเปลี่ยนแปลงในครอบครัว ผลการศึกษาพบว่าพื้นอารมณ์ที่แตกต่างกันของทารกมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรม การโต้ตอบที่ต่างกันระหว่างมารดากับทารก และมีความสัมพันธ์กับการเปลี่ยนแปลงของสิ่งแวดล้อมในครอบครัว

Hinde & Simpson (1982) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพื้นอารมณ์กับความสัมพันธ์ในครอบครัวพบว่า ทารกที่มีองค์ประกอบของพื้นอารมณ์ด้านอารมณ์ทางลบ จะแสดงการตอบสนองรุนแรง ขณะเดียวกันมารดาจะมีความวิตกกังวลและหงุดหงิดซึ่งส่งผลให้ทารกยิ่ง “เลี้ยงยาก” พฤติกรรมการโต้ตอบระหว่างมารดากับทารกไม่ดี

Bate (cited in Borntein, et al., 1992) พบว่า พื้นอารมณ์ที่จัดเป็นเด็ก “เลี้ยงยาก” และพฤติกรรมการโต้ตอบที่น้อยของบิดามารดาที่มีต่อทารกมีความสัมพันธ์กันในระดับสูง ซึ่งทั้งสองจะส่งผลต่อพฤติกรรมที่เป็นปัญหาในระยะยาวต่อทารก

Andrews (1991) ศึกษาพบว่า การรับรู้ของมารดาเกี่ยวกับพื้นอารมณ์ของทารกจะมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการโต้ตอบระหว่างมารดากับทารก กล่าวคือ มารดาที่รับรู้ว่าเป็นเด็ก “เลี้ยงง่าย” มารดาจะแสดงพฤติกรรมการโต้ตอบที่ดีต่อทารก

### **พื้นอารมณ์กับองค์ประกอบทางพันธุกรรม**

พื้นอารมณ์ของทารกมีการถ่ายทอดทางพันธุกรรม เมื่อไม่นานมานี้ได้มีผู้ทำการศึกษาพบว่า ความแตกต่างของพื้นอารมณ์นั้นมีพื้นฐานมาจากความแตกต่างทางชีววิทยาตั้งแต่กำเนิด การศึกษาเด็กฝาแฝด ถือเป็นหลักฐานยืนยันถึงองค์ประกอบทางพันธุกรรม

Freedman & Kellerer ; Vandenbea (cite in Cole & Cole, 1989) ทำการศึกษาพบว่า ฝาแฝดที่เกิดจากไข่ใบเดียวกันจะมีจิตใจและพฤติกรรมการเคลื่อนไหวที่คล้ายคลึงกันมากกว่าแฝดที่เกิดจากไข่คนละใบ เช่นเดียวกับการศึกษาของ Toracrsen & Kringlen (1978) ที่ศึกษาเด็กฝาแฝดชาวนอร์เวย์ (Norwegian)

Buss & Plomin (1975) เห็นด้วยกับคำกล่าวที่ว่าพื้นอารมณ์เป็นลักษณะเฉพาะที่ได้รับ การถ่ายทอดมา จากการศึกษาในเด็กฝาแฝดพบว่า เด็กฝาแฝดเหมือนจะมีความสัมพันธ์กับ องค์ประกอบของพื้นฐานด้านลักษณะอารมณ์ ระดับการทำกิจกรรมและความสามารถในการปรับตัวเพื่ออยู่ร่วมกันในสังคม แต่ไม่พบความสัมพันธ์ขององค์ประกอบเหล่านี้ในเด็กฝาแฝด คล้าย

Matheny ; Goldsmith ; Plomin (cite in Bendersky & Lewis,1994) ทำการศึกษา  
 พื้นอารมณ์ในเด็กฝาแฝดเหมือนและแฝดคล้าย พบข้อมูลสนับสนุนว่าความแตกต่างของ  
 พื้นอารมณ์ในเด็กแต่ละคนนั้นเป็นอิทธิพลที่เกิดจากการถ่ายทอดทางพันธุกรรม

Braungart & Plomin (1992) ศึกษาอิทธิพลของพันธุกรรมในการประเมินพื้นอารมณ์ของ  
 ทารก จากการใช้แบบประเมินพฤติกรรมระหว่างพี่น้องร่วมบิดามารดาเดียวกัน พี่น้องต่างบิดา  
 มารดาเดียวกันและฝาแฝด ทำการศึกษาโดยการวัดพื้นอารมณ์ของทารกอายุ 1 และ 2 ปี ที่เป็น  
 พี่น้องร่วมบิดามารดากัน จำนวน 95 คู่ และพี่น้องต่างบิดา มารดากันจำนวน 80 คู่ เปรียบเทียบ  
 กับการศึกษาของ Mathery (1980) ที่ศึกษาในเด็กฝาแฝดช่วงอายุ 1 และ 2 ปี เช่นกัน และใช้  
 แบบวัดชนิดเดียวกัน ทำการศึกษานับสนับสนุนสมมติฐานอย่างยิ่งว่า พื้นอารมณ์ในเด็กทารกเป็น  
 อิทธิพลของพันธุกรรม

### **พื้นอารมณ์กับความคงที่**

พื้นอารมณ์เป็นพฤติกรรมที่พบได้ตั้งแต่แรกเกิดแต่อิทธิพลของสิ่งแวดล้อมจะทำให้  
 พื้นอารมณ์เปลี่ยนแปลงไป และจากการศึกษาล่าสุดพบว่า พื้นอารมณ์ของทารกมีความคงที่นาน  
 ถึง 6 ปีแรกของชีวิต

มีการศึกษามากมายที่แสดงว่าพื้นอารมณ์มีความคงที่ (stable) เป็นเวลานานหลายเดือน  
 ถึง 1 ปี และจากการศึกษาของ Matheny , Ricse & Wilson (1985) ที่ทำการศึกษาโดยการให้  
 คะแนนพื้นอารมณ์ของทารกแรกเกิดจำนวน 110 คน เปรียบเทียบกับคะแนนพื้นอารมณ์เมื่อเด็ก  
 อายุ 9 เดือน โดยใช้มาตรวัดพื้นอารมณ์ซึ่งประกอบไปด้วยการให้คะแนนในเรื่องความหงุดหงิด  
 งอแง การตัดสินใจจากผู้ใหญ่ถึงความรู้สึกดีหรือไม่ดีเมื่ออยู่ในใกล้เด็ก ผลการศึกษานับสนับสนุนคำกล่าว  
 ที่ว่า พื้นอารมณ์มีความคงที่ในช่วง 9 เดือนและความคงที่เหล่านี้จะค่อย ๆ ลดลงไปเรื่อย ๆ ในเด็ก  
 ก่อนวัยเรียน และวัยเด็กตอนต้น (cited in Fogel ,1991)

อย่างไรก็ตามได้มีการศึกษาต่อมาอีกมากมาย ที่สนับสนุนว่าพื้นอารมณ์มีความคงที่  
 ตลอดช่วงขวบปีแรก และความคงที่นี้จะพบได้จนกระทั่งทารกอายุ 3 ปี และในปี ค.ศ. 1993  
 Hershey (cited in Fogel ,1991) ได้ทำการศึกษาพบว่าพื้นอารมณ์ของทารกจะคงที่ไปจนกระทั่ง  
 ทารกอายุ 6 ปี

### **พื้นอารมณ์กับสิ่งแวดล้อม**

พื้นอารมณ์ของทารกจะเป็นตัวกำหนดให้ทารกแสดงพฤติกรรมได้ตอบสนองบุคคลหรือ  
 สิ่งต่าง ๆ รอบตัวแตกต่างกัน

การเข้ากันได้ (goodness of fit) ระหว่างพื้นอารมณ์ของเด็ก และความต้องการของสิ่งแวดล้อม จะส่งผลต่อความสามารถในการปรับตัวในระยะยาวของเด็ก เด็ก “เลี้ยงยาก” จะไม่มีประสบการณ์ที่เป็นปัญหาในเวลาต่อมา ถ้าเด็กเหล่านี้มีบิดามารดาที่เข้าใจและอดทนต่อลักษณะรูปแบบพฤติกรรมสามารถจัดหากิจกรรมที่เหมาะสมกับลักษณะเฉพาะของพฤติกรรมนั้น ในขณะที่เด็ก “เลี้ยงง่าย” จะมีประสบการณ์ที่เป็นปัญหาได้ ถ้าบิดามารดาเรียกร้องความต้องการจากเด็กมากเกินไป

ดังนั้นจะเห็นได้ว่า ตัวทำนายความสามารถในการปรับตัวในระยะยาวของเด็กที่สำคัญก็คือ ความไวในการรับความรู้สึก และความสามารถของบิดามารดา ในการปรับตัวเข้ากับลักษณะพื้นอารมณ์ของเด็กได้อย่างเหมาะสม (Chess & Thomas, 1986)

Scars & Mccortney (cited in Bornstein ,1992) ให้ข้อเสนอแนะว่า พื้นอารมณ์ของเด็กจะเป็นตัวก่อให้เกิดพฤติกรรมตอบสนองจากบุคคลรอบข้าง ซึ่งการตอบสนองเหล่านี้จะส่งผลกระทบต่อพัฒนาการ ทารกที่มีความเป็นมิตร มีแนวโน้มที่จะเข้าหาและส่งสัญญาณ เช่น ส่งยิ้มเพื่อดึงดูดความสนใจ และการเล่นจากผู้ใหญ่ ซึ่งการกระตุ้นทางสังคมนี้จะส่งผลที่เป็นประโยชน์กลับมาสู่เด็ก ยิ่งไปกว่านั้น เมื่อเด็กโตขึ้นพื้นอารมณ์เหล่านี้จะนำเด็กไปสู่การชอบเข้าหาสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ โดยเฉพาะในสภาพการณ์ที่เหมาะสมต่อรูปแบบพฤติกรรมของพวกเขามากที่สุด เช่น เด็กที่ชอบกิจกรรมที่เคลื่อนไหวมาก อาจเลือกเล่นกีฬา แต่เด็กที่ไม่ชอบกิจกรรมการเคลื่อนไหวมาก จะเลือกกิจกรรมที่นิ่งกับที่ เช่น อ่านหนังสือ เล่นเกม ซึ่งความชอบเหล่านี้เป็นลักษณะเฉพาะของแต่ละบุคคล และส่งผลกระทบต่อพัฒนาการในทิศทางที่แตกต่างกันไป

Wachs & Gandour (1982) แย้งว่า แต่ละบุคคลไม่จำเป็นต้องตกแต่ง (shape) สิ่งแวดล้อม ประสบการณ์ที่แตกต่างกันของแต่ละบุคคลขึ้นอยู่กับพื้นอารมณ์ที่แตกต่างกัน เช่น ระหว่างเด็กที่มีองค์ประกอบพื้นอารมณ์ด้านอารมณ์บวกและมีความสามารถในการปรับตัวได้สูง กับเด็กที่มีอารมณ์ทางลบและความสามารถในการปรับตัวต่ำ เด็กทั้ง 2 นี้ จะมีประสบการณ์ที่แตกต่างกันไป ตามองค์ประกอบพื้นอารมณ์ของเด็กแต่ละคน

Gandour (cited in Bornstein , 1992) ศึกษาอิทธิพลของพื้นอารมณ์และการเลี้ยงดูของบิดามารดา ที่มีต่อพฤติกรรมสำรวจของเด็ก โดยทำการสังเกตเด็กอายุ 15 เดือนที่บ้าน วัดกิจกรรมที่เด็กมีการสำรวจ วัดการแนะนำและการกระตุ้นของมารดา และวัดพื้นอารมณ์ของเด็ก เด็กเหล่านี้จะสำรวจสิ่งแวดล้อมมากกว่า เด็กที่มีระดับกิจกรรมต่ำที่และมารดากระตุ้นเด็กน้อย และเด็กที่มีระดับกิจกรรมสูง จะสำรวจสิ่งแวดล้อมมากที่สุดทั้ง ๆ ที่มารดาไม่ได้กระตุ้นเด็ก

สรุปได้ว่า การเลี้ยงดูของบิดามารดา และอิทธิพลจากสิ่งแวดล้อมอื่น ๆ ต่อพฤติกรรมการสำรวจของเด็ก ย่อมขึ้นอยู่กับองค์ประกอบพื้นฐานอารมณ์ของเด็กเอง

### พื้นฐานอารมณ์กับการพัฒนาการของเด็ก

พื้นฐานอารมณ์จะมีอิทธิพลต่อพัฒนาการของเด็กโดยผ่านกลไกและรูปแบบความสัมพันธ์ต่าง ๆ ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญที่มีผลต่อพัฒนาการ

Thomas, Chess, & Birch (1969) ได้ศึกษาพบว่า พื้นฐานอารมณ์มีความสัมพันธ์กับการเกิดปัญหาพฤติกรรม ในกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 136 คน พบว่ามีเด็กจำนวน 42 คน ที่มีปัญหาพฤติกรรมที่ต้องการดูแลรักษาทางจิตเวชเด็ก “เลี้ยงยาก” และเด็ก “ปรับตัวช้า” เป็นกลุ่มที่มีปัญหาการปรับตัวในสัดส่วนที่มากกว่าเด็ก “เลี้ยงง่าย” คือ ประมาณร้อยละ 70 ของเด็กเลี้ยงยาก ร้อยละ 40 ของเด็ก “ปรับตัวช้า” ที่มีปัญหาพฤติกรรม ในขณะที่มีเพียงร้อยละ 18 ของเด็ก “เลี้ยงง่าย” เท่านั้นที่มีปัญหาดังกล่าว

Rutter (1982) ได้อ้างถึงข้อเสนอของดัน Dunn (1982) ว่า พื้นฐานอารมณ์ของเด็กจะมีอิทธิพลต่อพัฒนาการของเด็ก และการตอบสนองของบุคคลอื่นที่มีต่อเด็ก โดยผ่านกลไก 5 ประการ

1. อิทธิพลต่อบุคคลอื่น (effect on others) ลักษณะพื้นฐานอารมณ์ของเด็กอาจมีอิทธิพลต่อท่าทีการตอบสนองของบิดามารดา เด็กที่มีความรุนแรงของการตอบสนองในระดับสูง มักจะแสดงปฏิกิริยาโต้ตอบอย่างรุนแรง อาจทำให้บิดามารดาโกรธอยู่เสมอ หรือ อุดทนไม่ได้นานต้องลงโทษเด็ก ในขณะที่เด็กที่มีความรุนแรงของการตอบสนองด้วยความสนใจจากบิดามารดาเท่าที่ควร เด็กที่มีความสามารถในการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงในสิ่งแวดล้อมและยอมรับประสบการณ์ใหม่ได้ง่าย ย่อมทำให้บิดามารดาตอบสนองด้วยความพอใจและชื่นชม ดังนั้นเด็กที่มีองค์ประกอบพื้นฐานอารมณ์ต่างกันก็ย่อมกระตุ้นพฤติกรรม และการตอบสนองที่แตกต่างกันจากบุคคลที่เด็กมีปฏิสัมพันธ์ด้วย จากการศึกษาของ Rutter (1978) ในครอบครัวที่บิดามารดามีความเจ็บป่วยทางจิต พบว่า เด็กที่มีพื้นฐานอารมณ์ไม่ดีจะกลายเป็นแพะรับบาป หรือเป็นที่ระบายอารมณ์โกรธของบิดามารดามากกว่าเด็กอื่น ๆ ถึง สองเท่า ในขณะที่เดียวกันเด็กที่สามารถปรับตัวได้ดี มักจะได้รับการปกป้องแม้ว่าจะอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ตึงเครียด ทั้งนี้เพราะความไม่ลงรอยกันและความไม่เป็นมิตรทั้งหลายจะมุ่งไปที่สมาชิกคนอื่นของครอบครัว แสดงว่าพื้นฐานอารมณ์ที่ไม่ดี อาจกระตุ้นพฤติกรรมหรือการตอบสนองในทางลบจากบิดามารดาได้มากกว่า ในขณะที่เดียวกันพื้นฐานอารมณ์ที่ดีอาจช่วยปกป้องมิให้เด็กที่ระบายอารมณ์โกรธของบิดามารดาได้

2. ขอบเขตของประสบการณ์ (range of experiences) องค์ประกอบพื้นฐานอารมณ์ของเด็กจะเป็นตัวกำหนดขอบเขตของประสบการณ์ที่เด็กจะได้รับ เด็กที่ว่องไวกระตือรือร้นและชอบเข้าหาสถานการณ์ใหม่จะมีโอกาสได้เข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ และได้รับประสบการณ์ทางสังคมมากกว่าเด็กที่เฉื่อยชา ถอยหนีจากสถานการณ์ใหม่ ๆ ประสบการณ์เบื้องต้นที่เด็กได้เรียนรู้ย่อมมีอิทธิพลต่อการปรับตัวของเด็ก เด็กที่มีลักษณะเป็นมิตร ชอบเข้าหาบุคคลอื่น จะมีโอกาสพบปะคนเป็นจำนวนมากและมีเพื่อนมากกว่าเด็กที่ขี้อายและขลาดกลัว เด็กที่มีลักษณะดังกล่าวจึงอาจปรับตัวได้ดีกว่าเมื่อต้องแยกจากบิดามารดาไปอยู่ในความดูแลของคนแปลกหน้า เนื่องจากโดยทั่วไปเด็กมักตอบสนองต่อคนแปลกหน้าด้วยการเข้าหา เด็กจึงได้รับความสนใจและการดูแลเอาใจใส่ที่ดี การที่เด็กเคยพบปะกับบุคคลอื่นมาก่อน ทำให้เด็กมีความคุ้นเคยกับคนแปลกหน้า ดังนั้น ประสบการณ์การแยกจากจึงเป็นประสบการณ์ที่แปลกใหม่ และตึงเครียดน้อยกว่าสำหรับเด็กกลุ่มนี้

3. สภาพแวดล้อมที่เหมาะสม (effective environment) พื้นอารมณ์เป็นปัจจัยสำคัญในการกำหนดลักษณะสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมสำหรับเด็ก เพราะเด็กที่มีพื้นอารมณ์ต่างกัน จะมีการรับรู้และการตอบสนองต่อสิ่งเร้าแตกต่างกัน ดังนั้นสิ่งเร้าที่เหมือนกันจึงไม่ได้มีผลต่อเด็กแต่ละคนเหมือนกัน เช่น เด็กที่มีระดับความอดทนได้ต่อเสียงต่ำ อาจตกใจกลัวเสียงจากเครื่องดูดฝุ่น ในขณะที่เดียวกันเด็กที่มีระดับความอดทนได้ต่อเสียงสูงจะไม่แสดงความรู้สึกอะไรเลย สภาพแวดล้อมที่เหมาะสมสำหรับเด็กคนหนึ่งจึงอาจไม่ใช่สภาพแวดล้อมที่ดีที่สุดสำหรับเด็กอีกคนหนึ่งก็ได้

4. ความสามารถ (competence) ความสามารถในการปรับตัวของเด็กเป็นปัจจัยสำคัญที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงสภาพแวดล้อม การเปลี่ยนแปลงสภาพแวดล้อมอาจเป็นสิ่งที่ตึงเครียดน้อยกว่า สำหรับเด็กที่มีความสามารถในการปรับตัวดี เพราะเด็กมีความยืดหยุ่นมากสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตนเองให้เข้ากับสภาพแวดล้อมใหม่ได้ง่าย ในขณะที่เด็กที่มีความสามารถในการปรับตัวช้า ไม่มีความยืดหยุ่นในการปรับพฤติกรรมของตน จะรับรู้ว่าการเปลี่ยนแปลงสภาพแวดล้อมเป็นสิ่งที่ตึงเครียดมากกว่า ทำให้เด็กปรับตัวได้ยากลำบากกว่า

5. ความอ่อนแอทางด้านจิตใจ (vulnerability) ปัจจัยที่เป็นความอ่อนแอด้านจิตใจหมายถึง ปัจจัยที่มีแนวโน้มเพียงจะเพิ่มผลความตึงเครียดให้มากขึ้น แต่ถ้าเป็นปัจจัยที่มีความโน้มเอียงที่ส่งผลให้ความตึงเครียดน้อยลง เรียกว่า “ปัจจัยปกป้อง” แต่ละบุคคลมีการตอบสนองต่อประสบการณ์ที่ตึงเครียดแตกต่างกันมาก จึงมีข้อสันนิษฐานว่า แต่ละบุคคลอาจมีความอ่อนแอ

ต่อความตึงเครียดทางด้านจิตใจแตกต่างกัน โดยที่การทำงานของร่างกาย และจิตใจที่ต่างกันนี้อาจขึ้นกับสภาพแวดล้อม ช่วงระยะเวลา และประสบการณ์ที่บุคคลนั้นได้รับรู้อยู่เสมอ

## ตอนที่ 4 การปฏิสัมพันธ์

### 4.1 ความหมายของการปฏิสัมพันธ์

จรรยา สุวรรณทัต (2528) กล่าวว่า ปฏิสัมพันธ์ (interaction) หมายถึง การสื่อสารระหว่างคน 2 คนขึ้นไปหรือเป็นการสื่อสารในคน 2 คน ซึ่งเกิดขึ้นจากความต้องการที่เกิดจากความจำเป็นทางชีวภาพ หรือทางร่างกาย หรือเป็นความสัมพันธ์ของความต้องการที่เกิดจากพฤติกรรมที่มีการสั่งสอนเป็นขบวนการที่มีลักษณะเป็นพลวัตร ไม่อยู่นิ่ง แต่ก็ขึ้นอยู่กับปัจจัยที่เป็นพื้นฐานคือ บุคลิกลักษณะและบุคลิกภาพของบุคคลนั้น ๆ ด้วย ซึ่งสิ่งเหล่านี้จะเป็นตัวกำหนดให้ปฏิสัมพันธ์นั้นเกิดผลในทางบวกหรือทางลบ

สรุปได้ว่าปฏิสัมพันธ์ หมายถึง การติดต่อสื่อสารโดยใช้ภาษาพูดและภาษาท่าทางระหว่างคนตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป เพื่อตอบสนองความต้องการทางด้านร่างกายและจิตใจ

### 4.2 การส่งเสริมการมีปฏิสัมพันธ์

#### ทักษะพื้นฐานในการสร้างปฏิสัมพันธ์

De Vito (1992) ได้กล่าวถึงทักษะพื้นฐานในการสร้างปฏิสัมพันธ์ ดังนี้

1. การเอาใจใส่ เป็นความเอาใจใส่ต่อเนื้อหาสาระที่เราจะใช้ในการตอบสนองต่อบุคคลอื่น อย่างระมัดระวัง และคิดพิจารณาให้เหมาะสมสถานการณ์นั้น
2. ความยืดหยุ่น ให้ความยืดหยุ่นต่อบุคคลในสถานการณ์ต่าง ๆ อย่างเหมาะสม จะสร้างความเชื่อถือของเขาที่มีต่อเรา
3. ความสามารถในการใช้การสื่อสารที่ตามมา เป็นการสื่อที่คำนึงการใช้ภาษาพูดควบคู่ไปกับการใช้ภาษากาย ในขณะที่ติดต่อสื่อสารด้วย เพราะบางครั้งเราอาจจะสื่อข้อความทางบวกออกมา แต่กิริยาท่าทางนั้นไม่สอดคล้องกับคำพูด เช่น การพูดชมเชย ในขณะที่คำพูดแสดงถึงความภาคภูมิใจแต่น้ำเสียงและกิริยาท่าทางที่แสดงออกมาไม่สัมพันธ์กันในเรื่องที่พูดออกมา จะทำให้บุคคลที่ได้รับการตอบสนองมีความรู้สึกไม่ดีต่อเรา และอาจคิดว่าเราไม่จริงใจ

Jonhson (1986) ได้เสนอการพัฒนาและการดำรงรักษาไว้ซึ่งการมีปฏิสัมพันธ์ที่เป็นไปในลักษณะที่สร้างสรรค์ และนี่ก็ถึงผู้อื่น ว่าจะต้องมีทักษะพื้นฐาน 4 ประการ ดังนี้

1. การรู้จักและไว้วางใจผู้อื่น

- 2.สามารถสื่อสารกับผู้อื่นได้อย่างถูกต้องและไม่คลุมเครือ
- 3.ยอมรับและให้กำลังใจผู้อื่น
- 4.สามารถแก้ไขความขัดแย้งหรือปัญหาทางด้านความสัมพันธ์อย่างสร้างสรรค์

#### 4.3 ประโยชน์ของการสร้างปฏิสัมพันธ์

Jonhson (1986) ได้กล่าวถึงการมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีระหว่างบุคคลเป็นสิ่งที่จำเป็นต่อการดำรงอยู่และส่งผลถึงบุคคล ดังต่อไปนี้

- 1.ช่วยให้บุคคลมีความเจริญงอกงามในชีวิต
- 2.ช่วยพัฒนาทางด้านความคิดและทางด้านสังคม
- 3.สร้างความเป็นตัวของตัวเองในลักษณะที่สร้างสรรค์
- 4.ช่วยให้บุคคลรู้สึกหนักแน่น มั่นคงที่จะสัมผัสกับความเป็นจริงได้
- 5.ช่วยให้บุคคลมีสุขภาพจิตและสุขภาพกายที่ดี

### ตอนที่ 5 การนวด

#### 5.1 ความเป็นมาของการนวด

เรื่องการนวดเป็นเรื่องธรรมชาติที่มีแต่โบราณ สมัยยุคหิน เมื่อไปล่าสัตว์เกิดเมื่อยตัวก็กลับมาบีบนวดด้วยมือ บางครั้งก็ใช้น้ำลายทำให้ลื่นขึ้น ในบางครั้งก็อาศัยบ่อน้ำร้อน หินร้อนธรรมชาติที่อยู่ใกล้ ๆ เมื่อลงไปแช่ หรือนำมาประคบ ก็เกิดเป็นการผ่อนคลายที่ใช้กันมาตั้งแต่โบราณกาล ต่อมาหลังจากยุคหินนั้น เป็นสมัยที่มีการจดบันทึกไว้ประมาณ 7000 ปีมาแล้ว จีนเป็นชาติแรกที่ใช้วิธีการนวด ซึ่งจักรพรรดิฉินโปรดให้มีการนวด เพื่อเป็นการผ่อนคลายกล้ามเนื้อ เพื่อให้ผ่อนคลายสบาย ต่อจากจีนก็เป็นอียิปต์ ก็ใช้การนวดนักรบ ในสมัยนี้ก็มีการอาบแช่เข้ามาด้วย

การนวดของอียิปต์ยังมีการนวดเพื่อกระตุ้นอารมณ์ทางเพศอีกด้วย ซึ่งเป็นชาติแรกที่เริ่มใช้การนวดกับความรู้สึกทางเพศ หลังจากอียิปต์ก็ข้ามต่อมาถึง ยุคโรมัน ใช้กับนักรบ ต่อมาที่ โรม อิตาลีแล้วก็ต่อไปยังสแกนดิเนเวีย เดนมาร์ก สวีเดน ฟินแลนด์ นอร์เวย์ ซึ่งเป็นดินแดนที่มีการพัฒนาเรื่องการนวด อบเชาว์น่า ซึ่งฟินแลนด์เป็นต้นตำรับเกี่ยวกับการอบเชาว์น่า และในแถบสแกนดิเนเวียนี้ยังมีการเน้นเรื่องการอบด้วยความร้อน ด้วยวิธีต่างๆ ผสมผสานกับการนวด เพราะเป็นประเทศที่หนาว ต่อมาสวีเดนได้พัฒนามาเรื่อยๆ จนเมื่อประมาณ 100 กว่าปีมานี้เอง สวีเดนได้รวบรวมศาสตร์การนวดและการอบไอน้ำเชาว์น่า จนกลายเป็นที่นิยมและเป็นวิธีการนวดที่ดีที่สุดที่สวีเดนวิธีหนึ่งในปัจจุบัน ซึ่งเป็นที่รู้จักกันในชื่อ สวีดิช มาสซาจ (Swedish Massage) เป็นการนวด



แบบสากลเป็นที่ยอมรับกันทั่วโลก หลักของสวดิช มาสซาช คือ เพื่อผ่อนคลาย ให้เกิดความสบาย เพื่อรักษาโรค เช่น อัมพาต ข้ออักเสบ ฯลฯ นวดเพื่อเสริมสวย เพื่อความสุขสำหรับคู่สมรส ซึ่งเป็นทางเพศ ซึ่งโดยทางการแพทย์-กายภาพบำบัด ก็มีการสอนเป็นหลักสูตรเพื่อให้บริการแนะนำ แก่ผู้ป่วยและญาติผู้ป่วย หลักง่าย ๆ ที่ใช้เป็นพื้นฐาน คือ การลูบคลึง การบิด การตบ การหยิบ การทุบ การสับ แล้วใช้วิธีการเหล่านี้ไปปรับ และเสริม ทั้งนี้ผู้ที่นวดต้องศึกษาทางกายวิภาค และรู้จักสรีระร่างกายของมนุษย์เป็นอย่างดี ว่าถูกบังคับด้วยประสาทส่วนใด มีกล้ามเนื้อตรงไหนใช้อย่างไร เพื่อไม่ให้เกิดอันตรายเนื่องจากการจับ หรือกด ผิดจุดได้

### เครื่องมือ และส่วนประกอบที่ใช้ในการนวด

อุปกรณ์ มีตั้งแต่ มือ น้ำมัน แป้ง ยา ครีม โลชั่น เพื่อช่วยกระตุ้นการไหลเวียนของโลหิต ถ้าใช้การนวดเพื่อผ่อนคลาย เพื่อให้เกิดความสบายจะใช้ครีม โลชั่นหรือน้ำมันหอมระเหย เพื่อให้เกิดความรื่น ทำให้การเสียดสีระหว่างผู้นวดและผู้ถูกนวดลดลง และเกิดความสบาย แต่ถ้าเป็นผู้ป่วยที่เกิดจากโรค เช่น ข้ออักเสบ กล้ามเนื้ออักเสบ หรืออาการชา หรือความผิดปกติที่โครงสร้าง ก็ต้องใช้ยาและนวด เพื่อให้เลือดที่คั่งคลายและทุเลาปวด แต่ถ้ามีอาการบวม ข้ำ ระบบ ก็ต้องใช้ยาอีกกลุ่มร่วมกับการนวดเพื่อคลาย แต่ต้องไม่สับสนกับการปฐมพยาบาลเกี่ยวกับการประคบเย็น 24 ชั่วโมง เมื่อเกิดการบวมแล้วประคบร้อนหลังจาก 24 ชั่วโมง เพราะการนวดจะมาปรับใช้ในขั้นตอนนี้ เพื่อให้เลือดที่คั่งคลายตัว และไหลเวียนดีโดยใช้ยาประกอบ เช่น ยาพวกลดต่าง ๆ จะลดอาการบวม ยาที่นำมาใช้ในการนวดเหล่านี้เป็นยาที่ทาภายนอกจึงมีอันตรายน้อย ถ้าไม่มีอาการแพ้ เช่น ผื่นแดง คัน ปวดแสบปวดร้อน ก็ปลอดภัย

## 5.2 ประเภทของการนวด

### 1. การนวดแบบสวดิช

เป็นการนวดที่เริ่มต้นในยุคปลายคริสต์ศตวรรษที่ 18 เป็นการนวดซึ่งมีพื้นฐานมาจากการนวดของคนพื้นบ้านในยุโรปและประเทศในตะวันออกกลาง ในการนวดนั้นจะต้องมีความรู้ในเรื่องของอานาโตมีและระบบต่าง ๆ ในร่างกาย การนวดแบบสวีเดนในวิธีการถู นวด กดและลูบไปมาเพื่อกระตุ้นผิวหนังและระบบประสาท ช่วยผ่อนคลายอาการเกร็งของกล้ามเนื้อ ทำให้กล้ามเนื้อมีความยืดหยุ่น นอกจากนี้ยังช่วยผ่อนคลายความเครียดได้อีกด้วย

### 2. การนวดแบบรัสเซีย

การนวดแบบรัสเซียคล้ายกับการนวดแบบสวีเดนแต่มีความหนักหน่วงกว่า ใช้แรงกดและแรงบีบมากกว่าเพื่อช่วยให้ร่างกายมีระบบหมุนเวียนโลหิตที่ดีขึ้น ช่วยกระตุ้นร่างกายให้มีความตื่นตัวและมีความพร้อมที่จะทำงาน

### 3. Shiatsu (ชิตส์)

เป็นการนวดที่มาจากญี่ปุ่น และเป็นการพัฒนามาจากการกดจุดของจีน การนวดชิตส์จะเป็นการใช้ทั้งมือกดจุดลงบนส่วนต่าง ๆ ซึ่งมีธาตุ ทั้ง 5 อยู่ตามร่างกาย การนวดนี้จะช่วยลดอาการบาดเจ็บของกล้ามเนื้อ ช่วยบำบัดโรคร้ายต่าง ๆ ได้ และยังสามารถคลายเครียดอีกด้วย แม้ว่าการนวดแบบนี้ จะใช้นิ้วมือเป็นหลัก แต่ในบางครั้งก็ใช้ เข่า เท้า มือ ช่วยบ้าง การกดจะต้องกดแรง ๆ อาจทำให้เกิดความเจ็บปวด แต่อย่างไรก็ตามในปัจจุบันได้มีการปรับปรุงให้การนวดแบบกดจุดมีความอ่อนโยนและมีความนุ่มนวลขึ้น

### 4. การนวดแบบนักกีฬา

เป็นการนวดที่ผสมผสานระหว่างการนวดแบบสวีเดนและการนวดแบบกดจุด ซึ่งเป็นการนวดร่างกาย 12 จุดใหญ่ ๆ ที่มีความสำคัญต่อระบบการเคลื่อนไหวของร่างกาย เพราะการเล่นกีฬานั้น นักกีฬาจะต้องมีความชำนาญและมีความยืดหยุ่นในกล้ามเนื้อส่วนต่าง ๆ ของร่างกายเป็นพิเศษ การนวดแบบนักกีฬาจะช่วยให้อาการบาดเจ็บของกล้ามเนื้อมีความยืดหยุ่นและหายจากอาการปวดเมื่อยนอกจากนั้นยังส่งเสริมให้มีสุขภาพที่ดี มีความพร้อมที่จะปฏิบัติกิจกรรมที่เสี่ยงต่อกล้ามเนื้อฉีกขาดได้

### 5. การนวดทารก

การนวดทารกเป็นการนวดที่มีความอ่อนโยนและนุ่มนวลสามารถนวดได้หลาย ๆ ครั้งในแต่ละวัน เด็กจะได้รับประโยชน์อย่างมากมาจากการนวด ในปัจจุบันพ่อแม่ชาวอเมริกันกว่า 10,000 ครอบครัวได้เข้าเรียนในโปรแกรมการนวดที่สถาบันการนวดต่าง ๆ ซึ่งอเมริกาได้จัดขึ้นและมีการตอบรับจากพ่อแม่ว่าการนวดช่วยให้เด็กนอนหลับได้สนิท ไม่ร้องโยเย ช่วยบรรเทาอาการเจ็บป่วยของเด็กและยังช่วยให้เด็กผ่อนคลายได้

### 6. การนวดในหญิงมีครรภ์

ระยะตั้งครรภ์เป็นช่วงที่ต้องพักผ่อน อย่าออกกำลังกายมาก ๆ ระวังรักษาสุขภาพร่างกายให้ดีที่สุด ดังนั้นจึงได้มีการคิดค้นการนวดในหญิงมีครรภ์ขึ้นเพื่อช่วยผ่อนคลายจากอาการกังวลต่าง ๆ ช่วยให้หลับสบายและบรรเทาอาการปวดหลังที่เกิดจากอาการเกร็งเพื่อรับน้ำหนักครรภ์อีกด้วย

### 7. อายุรเวท (Ayurveda)

เป็นแขนงหนึ่ง ของการแพทย์แผนโบราณในอินเดีย เป็นวิธีปฏิบัติให้ร่างกายบริสุทธิ์เพื่อหลีกเลี่ยงการเจ็บป่วย การนวดแบบนี้จะใช้ทั้งมือและเท้าในการนวด

## 8. นวดแบบกดจุดบนเท้า (Reflexology )

เป็นการใช้นิ้วกดจุดที่เท้า และมักใช้วิธีนี้รักษาโรค Migraines, ท้องผูก, ไซนัส, นีวไนโต ฯลฯ

## 9. Alexander Technique (ทฤษฎี ปรับปรุงบุคลิกภาพ)

การนวดแบบนี้จะต้องปรับปรุงท่านั่ง ท่ายืน ท่าเดิน รวมทั้งจัดระบบการหายใจใหม่ Alexander ผู้ค้นพบวิธีนี้ เมื่อต้นศตวรรษที่ 20 เขาเชื่อว่า การวางท่าและจัดองค์ประกอบของรูปร่างไม่เหมาะสมจะก่อให้เกิดโรคต่างๆ ตามมา รวมทั้งเกิดความตึงตัวของกล้ามเนื้อ อันเป็นผลทำให้เกิดการบาดเจ็บ ของกล้ามเนื้อได้

## 10. Polarity Therapy

เป็นการนวดแบบเพิ่มพลัง ให้กายและใจโดยใช้หลักธาตุทั้ง 5 จากมือ เท้า ถ่ายพลังงานไปที่สมองทฤษฎีนี้ไม่เหมาะกับผู้ที่ป่วยหนัก

## 11. Deep Tissue Therapy เป็นการใช้ออกนวด กดจุด

## 5.3 การนวดกับน้ำมันหอมระเหย (อโรมา-เธอราปี)

### ความเป็นมาของ Aroma Therapy

Aroma Therapy เป็นที่รู้จักกันมานานกว่า 6,000 ปี เริ่มต้นใช้ในอียิปต์ชาวอียิปต์มักใช้การเผา ให้ได้มาซึ่งกลิ่นหอมเพื่อบูชาเทพเจ้า เช่น กลิ่น Frankincense บูชาพระอาทิตย์ กลิ่น Ra และ Myrrh บูชาพระจันทร์ นอกจากนี้ชาวอียิปต์ยังใช้กลิ่นจากพืชธรรมชาติเพื่อความสดชื่น นิยมใช้น้ำมันนวดและผสมลงในอ่างแช่ ต่อมาชาวกรีกได้นำ aromatic oils (น้ำมันหอมระเหย) เพื่อนำมาใช้บำบัดรักษาแพทย์กรีกผู้หนึ่งชื่อ Pedacius Dioscorides ได้เขียนหนังสือเกี่ยวกับพืชสมุนไพรกับการแพทย์ไว้ เมื่อประมาณ 1200 ปีมาแล้ว และหลักการนี้ก็ยังคงใช้อยู่จนปัจจุบันนี้ ชาวโรมันได้รับความรู้ทางการแพทย์ด้วยการใช้กลิ่นบำบัด รักษามาจากชาวกรีกและได้พัฒนาหลักความรู้นี้ผสมผสานกับศาสตร์อื่น เช่น การนวดและการอบ และถือได้ว่าชาวโรมันเป็นชาติแรก ที่ทำการค้าเกี่ยวกับอโรมา-เธอราปี คือ ได้นำเข้าผลิตภัณฑ์อโรมา จากอินเดียตะวันออก และจากอาราเบีย ความรู้ เกี่ยวกับอโรมาออยล์และน้ำมันหอมแพร่กระจาย และได้รับความนิยมมากขึ้นหลังสงครามครูเสด ระหว่างปี ค.ศ.980-1037 นายแพทย์ อวิเซนา ชาวอาหรับได้คิดวิธีกลั่น น้ำมันหอมระเหยขึ้นเป็นครั้งแรก และการกลั่นนี้ ก็ยังเป็นวิธีการสกัดกลิ่นหอมง่ายอีกวิธีหนึ่งจนถึงทุกวันนี้

มีหลักฐานทางประวัติศาสตร์ ยืนยันว่า ชาวจีนรู้จักวิธีใช้พืชสมุนไพร และกลิ่นหอมมานานพอ ๆ กับชาวอียิปต์ ในหนังสือสมุนไพรเล่มหนึ่งของจีนมีการจดบันทึกไว้ว่า เมื่อ 2,700 ปีก่อนคริสต์ศักราช ชาวจีนสามารถแยกสารหอมจากพืชธรรมชาติได้มากกว่า 300 ชนิด และเช่นเดียวกับชาวอียิปต์ ชาวจีนก็ใช้การเผาไม้หอม เพื่อบูชาเทพเจ้า การนำกลิ่นหอมมาใช้ในการนวดนั้น มีมาแต่โบราณ ในการแพทย์สาขาอายุรเวทการแพทย์แผนโบราณของอินเดีย การนำกลิ่นหอมมาผสมกับน้ำมันหรือครีม-ไขมันสัตว์ต่างๆ จะเป็นที่รู้จักและใช้กันมานาน แต่การใช้อโรมา (กลิ่นหอม) ในสมัยโบราณก็ยังไม่มีการค้นคว้าอย่างจริงจังถึงคุณสมบัติ และสรรพคุณของสารหอมที่มาแต่ละชนิด ต่อมาจนกระทั่ง เมื่อต้นศตวรรษที่ 19 ได้มีการบัญญัติศัพท์คำว่า Aroma Therapy ขึ้นโดย Rene Maurice Gattefosse นักเคมีชาวฝรั่งเศส จากนั้นไม่นานชาวฝรั่งเศสคนหนึ่งชื่อ Albert Couverur ได้จัดพิมพ์ตำราเกี่ยวกับคุณประโยชน์ของน้ำมันหอมระเหยขึ้น จากแนวศึกษาของ Gattefosse นายแพทย์ชาวฝรั่งเศสชื่อ Jean Valnet ได้ศึกษาค้นคว้าทดลองเพิ่มเติมเกี่ยวกับน้ำมันหอมระเหย และนักเคมีชาวฝรั่งเศส ชื่อ Margaret Maury ได้พัฒนาการใช้กลิ่นหอมระเหยกับการนวด และจากค้นคว้าของทั้ง 2 คนนี้ ทำให้ Micheline Arcier เชี่ยวชาญวิธีการของ Maury และ Valnet เข้าด้วยกันจนทำให้ Aroma Therapy เป็นที่นิยมไปทั่วโลก จนถึงทุกวันนี้

### ความหมายของ Aroma Therapy อโรมา-เธอราปี

Aroma (อโรมา) แปลว่า กลิ่น, กลิ่นหอม

Therapy (เธอราปี) แปลว่า การบำบัดรักษา

Aroma Therapy (อะโรมา-เธอราปี) หมายถึง การบำบัดรักษาโรคโดยใช้กลิ่นหอม

คำว่า Aroma Therapy อโรมา-เธอราปี ถูกนำมาใช้เป็นครั้งแรกโดยนักเคมีชาวฝรั่งเศสชื่อ Rene Maurice Gattefosse (เรเน มอริซ กัตฟอส) เมื่อปี ค.ศ.1928 อโรมา-เธอราปี เป็นการนำประโยชน์ของน้ำมันหอมระเหย ทำให้ร่างกาย จิตใจอารมณ์เกิดความสมดุล หลักการนี้ถูกนำมาศึกษา โดยใช้หลักทางสรีรศาสตร์ที่มนุษย์สามารถสัมผัสกลิ่น ได้มากกว่าหมื่นชนิดนั่นเอง กลิ่นที่มนุษย์ได้รับสัมผัสในแต่ละครั้ง จะผ่านประสาทสัมผัสรับกลิ่น (Olfactory nerves) ซึ่งอยู่เหนือโพรงจมูก (nasal cavity) เมื่อกลิ่นต่างๆ จากโมเลกุลของละอองเกสรดอกไม้ ผ่านกระเปาะรับกลิ่น (Olfactory bulbs) ที่ต่อกับลิมบิก ซีสเต็ม (Limbic system) ซึ่งเป็นสมองส่วนควบคุมอารมณ์และความทรงจำ

โดยปกติแล้วระบบทางเดินหายใจเริ่มต้นจากการหายใจเข้า (inhale) และหายใจออก (exhale) เพื่อให้เลือดดูดซับออกซิเจนที่สุดเข้าไป เปลี่ยนสภาพและสร้างเป็นพลังงานให้ร่างกาย หากอากาศที่ผ่านเข้าสู่สมองและปอดไม่บริสุทธิ์ เช่น อากาศเสียจากท่อไอเสีย จากบุหรี่

จากสารพิษ ฯลฯ ก็จะทำให้สารพิษที่ปนอยู่ในอากาศเสียนั่นตกค้างอยู่ในระบบทางเดินหายใจ และมีผลกระทบต่อระบบประสาท ลิมบิก ซีสเต็ม เป็นผลทำให้อารมณ์ และความทรงจำแปรปรวนไปด้วย การทำงานของระบบทางเดินหายใจ และระบบปรับกลืนทำงานเช่นเดียวกันทั้งกลืนดีและกลืนเสีย ดังนั้น กลืนหอมที่สุดดมเข้าร่างกายก็เช่นกัน และด้วยหลักการเดียวกันนี้เอง น้ำหอมระเหยที่ถูกสกัด จากพืชสมุนไพรหลากหลายชนิดจึงถูกค้นคว้าวิจัย เพื่อนำมาบำบัดรักษาโรคต่างๆ เพราะคุณสมบัติที่แตกต่างกัน ของพืชสมุนไพรซึ่งผ่านการค้นคว้ามาแล้วจากหลายสถาบัน หลายอารยธรรม หลายช่วงเวลาเวลาถูกสั่งสมให้คุณค่าของความรู้ ทางด้านน้ำมันหอมระเหยมีประสิทธิภาพสูงขึ้น

คุณสมบัติในน้ำหอมระเหยนี้ สามารถนำมาใช้โดยการนวด ให้ซึมผ่านผิวหนัง บางชนิดก็เป็นสารสกัดที่กำจัดแบคทีเรียได้ บ้างก็ช่วยแก้ภูมิแพ้ที่ผิวหนัง ช่วยกระตุ้นผิวให้เต่งตึง ส่วนกลิ่นที่ได้จากสารสกัดสมุนไพรนี้จะช่วยกระตุ้นเปลี่ยนแปลงสภาพอารมณ์ และจิตใจเมื่อกลืนผ่านระบบประสาทลิมบิกซีสเต็ม เช่น ช่วยให้สงบ ช่วยให้ผ่อนคลาย ช่วยให้กระปรี้กระเปร่า ช่วยคลายเครียด ช่วยลดความกระวนกระวายใจ ฯลฯ

อโรมา-เธอราปีและการนวดมีส่วนเกี่ยวข้องกัน เพราะกลิ่นเป็นเรื่องของจิตใจ อารมณ์ เพราะถ้าผู้ที่ถูกนวดรู้สึกสบายและหอมสดชื่น ก็จะทำให้ลดความตึงตัวของกล้ามเนื้อได้ เมื่อจิตใจสบาย ก็จะทำให้ส่วนต่างๆ รู้สึกดีขึ้น เพราะการนวดช่วยให้สบายอยู่แล้ว ดังนั้น กลิ่นที่ผสมอยู่ในน้ำมันซึ่งก็มีคุณสมบัติแต่ละชนิดไม่เหมือนกัน ก็จะช่วยได้เมื่อนำมาใช้กับการนวด ปัจจุบันนี้ มีการนำพืชสมุนไพร มาสกัดมากมายหลายชนิด และก็มี การค้นคว้าถึงคุณสมบัติของกลิ่น แต่ละอย่างมากมายและกว้างขวางขึ้น ส่วนการนวดกับน้ำมันกลืนหอมนั้น ไม่ค่อยได้เน้นในทางการแพทย์ แต่เน้นในเรื่องการบำบัด สำหรับผู้ป่วยที่มีปัญหาเรื่องระบบทางเดินหายใจ โดยใช้กลิ่นร่วมกับการพ่นไอน้ำให้ผู้ป่วยได้สูดดม โดยใช้ร่วมกับออกซิเจน ซึ่งจะช่วยให้ยา-กลิ่นที่มีคุณสมบัติในการขยายหลอดลม แต่ถ้าพูดถึงอโรมา-เธอราปี กับการนวดแล้ว จะเน้นในเรื่องของการคลายเครียด นวดเพื่อผ่อนคลายมากกว่า จะเป็นการรักษาซึ่งก็จะมีวิธีประกอบกับการใช้กลิ่น เช่น การผ่านการสูดดม การอบไอน้ำ การนวด การประคบ และกลิ่นแต่ละกลิ่นก็ขึ้นอยู่กับความชอบของบุคคล ดังนั้นใครจะชอบกลิ่นใด หรือเหมาะกับกลิ่นไหน ก็ต้องมาทดลองเอง ปัจจุบันการใช้กลิ่นในการแพทย์แบบไทยก็กลับมาเป็นที่นิยมเช่นกัน เช่นการอบในกระโจมโดยมีสมุนไพร กลิ่นต่าง ๆ สมุนไพรเหล่านั้นก็เป็นยาและมีคุณสมบัติในการรักษาอยู่ด้วยเช่นกัน ดังนั้น อโรมา-เธอราปี เป็นการรักษาด้วยกลิ่นที่ต้องปรับไปใช้กับศาสตร์อื่น ๆ ด้วย เช่น ใช้กับการนวด การอบ การประคบ การสูดดม การแช่ การอาบ ฯลฯ ซึ่งหมายถึงความสบายของจิตใจและร่างกายนั่นเอง

## 5.4 การนวดแบบไทยโบราณ

### การนวดแบบไทยโบราณ

การผ่อนคลายความเมื่อยล้ามีอยู่หลายวิธี นอกจากการพักผ่อนให้เพียงพอแล้ว ปัจจุบันการนวดก็เป็นวิธีการหนึ่งที่สามารถผ่อนคลายความเมื่อยล้าได้ การนวด เป็นที่นิยมกันมากในคนทุกชาติทุกภาษา เพราะช่วยลดอาการปวดเมื่อยกล้ามเนื้อและผ่อนคลายอาการตึงเครียดที่เกิดจากจิตใจ ทำให้หลับสบาย ลดความความเหน็ดเหนื่อยเมื่อยล้าทางร่างกาย รู้สึกผ่อนคลายสบายตัว สบายใจ สมองปลอดโปร่งแจ่มใส บรรเทา การปวดศีรษะ เพลิดเพลิน และยังช่วยลดอาการบาดเจ็บจากการเล่นกีฬา หรือลดปัญหาเกี่ยวกับระบบการย่อยอาหาร

ตำรานวดในแต่ละประเทศนั้น การนวดแบบไทย ได้รับความสนใจจากนักนิยมนวดทั้งชาวไทยและชาวต่างชาติเป็นอันมาก กำลังโด่งดัง และได้รับการเผยแพร่เป็นที่รู้จักไปยังประเทศอื่น ๆ เพราะการนวดแบบไทย มีเสน่ห์ คือ การใช้น้ำหนัก ท่าทาง และแรงนวด ทำให้ กล้ามเนื้อผ่อนคลาย ได้ทันที มีแรง มีชีวิตชีวา มีความกระชุ่มกระชวย พร้อมรับมือกับปัญหาต่าง ๆ ในแต่ละวัน

ความเจริญรุ่งเรืองของวิชาหัตถศาสตร์ เคยรุ่งเรืองที่สุด ในสมัยอยุธยาแล้วเสื่อมสลายลงเมื่อครั้งเสียกรุงศรี ต่อมาในสมัยรัชกาลที่ 3 ทรงโปรดเกล้าให้ ปฏิสังขรณ์วัดพระเชตุพนวิมลมังคลาราม ( วัดโพธิ์) และรวบรวมตำราจารึก ลงแผ่นศิลา หินอ่อน ภายในวัดดังที่เห็นอยู่ในทุกวันนี้ สิ่งสำคัญที่เป็นหัวใจของการนวดแบบโบราณ คือ เส้นประธาน 10 เส้นในร่างกาย หมอนวดมืออาชีพส่วนใหญ่จะจดจำเส้นต่างๆ เหล่านี้ได้ดี ตามหลักการนวด ตามเส้นลม มีเส้นสำคัญด้วยกัน 10 เส้น

1.เส้นอิทา เริ่มตั้งแต่ท้องพาด มาที่หัวเหน่า แล่นลงไปต้นขา แล้วเลี้ยว ตลอดไปตามบริเวณสันหลัง แนบไปกับกระดูก แล้วเลี้ยวกลับมา บริเวณงมูกด้านซ้าย

2. เส้นปิงคลา มีแนวกำเนิดเหมือนเส้นอิทา แต่กับข้างกัน โดยเริ่มจาก บริเวณท้องผ่านหัวเหน่า ลงไป ต้นขาขวาอ้อมไปท้อง ผ่านแนว กระดูกสันหลังด้านขวาขึ้นไปศีรษะ อ้อมลงมางมูกด้านขวา

3. เส้นสุมนา กำเนิดจากกลางท้องตรงขึ้นไปหัวใจ แถบคอหอยไป จนจรดตลอดลิ้น

4. เส้นกาลทาลี จุดกำเนิดแล่นออกจากท้อง แยกเป็น 4 แขนง โดยสองเส้น ผ่านขึ้นไปตามซี่โครงสุดท้ายข้างละเส้น ตลอดศีรษะ ลงหลังทั้งสอง ออกไปที่ข้อมือ แยกเป็น 5 แถวตามนิ้ว อีกสองเส้นแล่นไป ตามหน้าขา 2 ข้าง ลงไปหน้าแข้งหยุดที่ข้อเท้า แยกออก 5 แขนงตามนิ้วเท้า ทั้ง 2 ข้าง

5. เส้นสหัสรังษี ( ตาข่าย ) ออกจากท้องด้านซ้าย แล่นลงไปต้นขาลงไปฝ่าเท้า แล่นผ่านนิ้ว เท้าบริเวณ ต้นนิ้ว ทั้งห้า แล่นย้อนขึ้นมาทางซ้ายแล้วแล่นลงตลอด ผ่านเต้านมซ้าย เข้าไปชิดแนวคอข้างคอ ตลอดขากรรไกร ด้านในที่สุด ที่ตาข่าย

6.เส้นทวารี่ ( ตาขวา ) เดินเส้น เช่นเดียวกับเส้นสหัสรังษี แตกต่างกันอยู่ที่ด้านขวา ของร่างกาย

7.เส้นจันทกฐสัง ( หูซ้าย ) แล่นจากท้องขึ้นไปตามราวนมซ้าย ไปจรดที่หูซ้าย

8.เส้นรุทัง ( หูขวา ) แนวเส้นเหมือนเส้นจันทกฐ แตกต่างกันที่เป็นเส้น ซึ่งอยู่ทาง ซีกซ้ายของร่างกาย

9.เส้นลิขินี กำเนิดจากท้องลงไปท้องน้อยและอวัยวะเพศ

10.เส้นสุขุมัง กำเนิดแล่นจากท้องกระหวัด รอบทวารมีหน้าที่บีบรัด ให้อุจจาระระขับถ่ายออกมา

เคล็ดวิชาที่ถ่ายทอดกันมานานหลายร้อยปีที่วัดโพธิ์ อันเป็นสถาบันประสิทธิ์ประสาทวิชานวดแผนโบราณที่ก่อตั้งในสมัยต้นกรุงรัตนโกสินทร์ ส่วนใหญ่คนที่ได้รับถ่ายทอดวิชานวดจากวัดโพธิ์มักจะเรียนเพื่อนำไปประกอบวิชาชีพ หรือไม่ก็เรียนไว้เป็นวิชาชีพหลักสำหรับการไปทำงานในต่างประเทศและมีรายได้มากมายจากอาชีพนี้ ในฐานะที่เรียกกันว่า Therapist การนวดผสมผสานเทคนิคการจับเส้น เน้นบริเวณที่เป็นเส้นเลือดใหญ่ไล่ไปเรื่อยๆ โดยเว้นบริเวณกระดูก เน้นการนวดคลึงในแต่ละส่วนของร่างกายเป็นครั้งคราว ผสมกับแรงกด และการดึงข้อต่อหรือส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกาย ด้วยกำลัง ในการนวดบางครั้งอาจมีผู้ช่วยช่วยกัน 2 คน ประกอบกับศิลปะ ทำนวด แบบดัดตัวอ่อนช้อย ถือเป็นเสน่ห์สำคัญอย่างหนึ่งของรูปแบบการนวดไทย

เอกลักษณ์สำคัญของการนวดไทย คือ ไม่นิยมใช้น้ำมันหลากหลายชนิด แต่น้ำมันที่ใช้ผลิตจากสมุนไพรนานาพันธุ์ เช่น ตะไคร้ เนื่องจากมีสรรพคุณ ในการคลายเส้นทำให้โลหิตหมุนเวียน สะดวก ยิ่งขึ้น

### 5.5 การนวดทารก(Infant massage)

วิลเลียม เลิศธรรมเทวี (2544) ได้กล่าวถึงความสำคัญของการนวดทารกไว้ว่า วัยขวบปีแรกเป็นวัยที่สำคัญอย่างยิ่ง เนื่องจากเซลล์สมองและเนื้อเยื่อระบบประสาทมีการเจริญเติบโตรวดเร็ว ต่อเนื่องจากระยะที่ทารกอยู่ในครรภ์ ระบบประสาทในระยะนี้จึงมีความไวต่อสิ่งที่มากระตุ้นความรู้สึกจากการสัมผัสนับเป็นระบบประสาทรับรู้ขั้นแรกๆที่เริ่มพัฒนาขึ้นมา ในระยะเวลาเจ็ดสัปดาห์ หลังจากการปฏิสนธิและต่อเนื่องตลอดระยะเวลาที่เจริญเติบโตในครรภ์จนกระทั่งคลอด เมื่อลูกเกิด การที่พ่อแม่ได้ชื่นชม จ้องมอง โอบกอดสัมผัสลูกทันที จึงก่อให้เกิดความรัก

ขึ้นได้ ลูกก็มีความสุขและอบอุ่นจากการสัมผัส การสัมผัสจึงเป็นการสื่อสารและเรียนรู้ขั้นแรก ของลูกที่ต่อเนื่อง เด็กที่ได้รับการโอบกอดสัมผัสอยู่เสมอจะรู้สึกว่าเป็นที่ต้องการและรักของพ่อแม่ เด็กจะค่อยๆ เรียนรู้ที่จะรักตอบพ่อแม่ รวมทั้งบุคคลรอบข้างด้ยจากการศึกษาผลของการนวด สัมผัสในทารกปกติ พบว่าทารกที่ได้รับการนวดจะมีน้ำหนักตัวเพิ่มขึ้น อารมณ์แจ่มใส ตื่นตัวและมี พัฒนาการทางสังคมมากขึ้น นอกจากนี้ยังพบว่าระดับฮอร์โมนความเครียดลดลงและมี ฮอร์โมนความสุขเพิ่มขึ้น ดังนั้นแทนการอุ้มโอบกอดลูก คุณพ่อคุณแม่สามารถใช้การนวดสัมผัส ช่วยให้เกิดประโยชน์ทั้งทางร่างกายและจิตใจของลูก

### ประโยชน์ของการนวดทารก

IMA (Infant massage Austraria ,2000) ได้สรุปประโยชน์ที่เกิดจากการนวดดังนี้

#### ประโยชน์ของการนวดต่อด้านกายภาพ

1. ช่วยให้เด็กหลับสบายเพราะระบบประสาทเกิดการผ่อนคลาย
2. บรรเทาโรคร้องโคลิกที่เกิดจากอาการท้องอืด ท้องเฟ้อ
3. ช่วยให้ไม่มีภูมิต้านทานโรค
4. ช่วยลดความตึงเครียดของกล้ามเนื้อ
5. ช่วยให้ระบบประสาททำงานได้ดีและมีการพัฒนาอย่างรวดเร็ว
6. ส่งเสริมพัฒนาการของเด็กให้เป็นไปอย่างต่อเนื่องและพัฒนาไปอย่างพร้อมเพรียงกัน
7. กระตุ้นการหมุนเวียนของร่างกายและการทำงานของต่อมน้ำเหลือง
8. ประสาทสัมผัสของเด็กทำงานได้ง่ายขึ้นเมื่อได้รับการผ่อนคลาย
9. ช่วยให้ความอดทนต่อสิ่งเร้าของเด็กดีขึ้น
10. ช่วยให้เกิดการผ่อนคลายเมื่อเด็กมีความเครียดหรือความกังวล

#### ประโยชน์ของการนวดต่อด้านอารมณ์และจิตใจ

1. ช่วยให้เด็กแข็งแรง เช่น ในเด็กที่คลอดก่อนกำหนด เด็กที่มีปัญหาในการกินยา เด็กกำพร้า
2. สร้างความใกล้ชิด การสื่อสารด้วยความรัก
3. พ่อแม่เรียนรู้วิธีการดูแลลูกและวิธีการช่วยให้เด็กเกิดการผ่อนคลาย
4. การนวดช่วยให้ทั้งพ่อแม่และเด็กเกิดการผ่อนคลายจากอาการตึงเครียด
5. ช่วยให้พ่อแม่มีโอกาสใช้เวลากับลูก ๆ



- 6.ช่วยให้เด็กเกิดความไว้วางใจและเกิดการยอมรับนับถือ
- 7.เพิ่มความไว้วางใจและความเชื่อมั่นของเด็กต่อพ่อแม่
- 8.ช่วยให้พ่อแม่มีความเข้าใจอย่างลึกซึ้งต่อการสื่อสารทางภาษากายของทารก

#### ประโยชน์ระยะยาว

- 1.ก่อให้เกิดความผูกพันระหว่างพ่อแม่และเด็ก ซึ่งเป็นพื้นฐานของความรักและการเปิดกว้างทางการสื่อสาร
- 2.ลดพฤติกรรมไฮเปอร์แอคทีฟ ส่งเสริมให้เด็กเกิดความสงบ
- 3.เด็กเรียนรู้ถึงความปลอดภัยและความไว้วางใจได้ง่ายขึ้น
- 4.สำหรับพ่อแม่และเด็กที่โตแล้ว สามารถช่วยให้เรียนรู้ได้ลึกซึ้งขึ้นถึงระบบการทำงานของร่างกายและอารมณ์ที่รุนแรง ช่วยให้รู้เทคนิควิธีการจัดการกับอารมณ์ที่รุนแรงได้ดีขึ้น
- 5.ช่วยให้พ่อแม่และเด็กเกิดการผ่อนคลายและเด็กมีระบบกลไกการทำงานของร่างกายดีขึ้น
- 6.ช่วยให้พ่อแม่มีโอกาสทำความเข้าใจในการสื่อสารทางกายของทารกและการสื่อสารด้วยภาษาพูดของทารกได้ดีขึ้น
- 7.สร้างสรรค์บรรยากาศในการเข้าใจทักษะการใช้ชีวิต
- 8.สอนให้เด็กรับรู้ถึงความแตกต่างระหว่างการสัมผัสที่นุ่มนวลและแข็งกระด้าง
- 9.หัดให้เด็กรู้จักบังคับร่างกายของตนเอง
- 10.เด็กที่มีความสัมพันธ์ที่ดีกับพ่อแม่มักจะมีความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่นด้วยไม่ว่าจะกับเด็กหรือว่าผู้ใหญ่

- 11.มีประโยชน์มากมายไปสู่คนในหลาย ๆ ช่วงอายุจากรุ่นหนึ่งสู่รุ่นหนึ่ง

#### ประโยชน์ด้านอื่น ๆ

- 1.การนวดสามารถนำมาประยุกต์ใช้กับเด็กในทุกอายุ
- 2.เทคนิคการนวดสามารถนำมาประยุกต์ใช้ได้กับการทำกายภาพบำบัดเด็กและใช้ในเด็กที่มีความต้องการพิเศษหรือเด็กพิการได้

ทางด้าน The International Loving Touch Foundation (2000) ได้กล่าวถึง ประโยชน์ของการนวดที่เกิดกับเด็กทารกและผู้ปกครองไว้ดังนี้

#### ประโยชน์สำหรับทารก

- 1.การจัดการเวลาพิเศษเพื่อการสื่อสารสัมพันธ์ที่ก่อให้เกิดความรักและความเมตตา

### กรุณา ความยอมรับนับถือ

2. การจัดหาเวลาที่ปลอดภัยให้เด็กมีความไว้วางใจในผู้ปกครอง
  3. ส่งเสริมระบบการทำงานของระบบทางเดินหายใจ
  4. ส่งเสริมระบบการย่อยอาหาร
  5. ช่วยให้การทำงานของกล้ามเนื้อเป็นไปอย่างปกติ
  6. ส่งเสริมระบบการหมุนเวียนในร่างกาย
  7. ส่งเสริมการระบายต่อมเหงื่อช่วยให้มีระบบภูมิคุ้มกันโรคที่ดี
  8. ส่งเสริมการรับรู้ทางประสาทสัมผัส
  9. ส่งเสริมพัฒนาการทางระบบประสาท
  10. ช่วยให้เด็กหลับอย่างสนิทและสงบ
  11. ช่วยให้เซลล์ในร่างกายเด็กรับออกซิเจนและสารอาหารได้ดี แก้ไขปัญหาาระบบทางเดินหายใจ
  12. ช่วยบรรเทาอาการปวดฟัน การเจ็บปวดของร่างกาย อาการท้องอืดและการร้องโคลิก
  13. ส่งเสริมการสร้างฮอร์โมนในร่างกาย ช่วยสร้างโกร๊ธฮอร์โมน (growth hormone) ซึ่งทำให้เด็กเจริญเติบโต
  14. ช่วยลดระดับคอร์ติโซล (cortisol) ที่ทำให้มีอาการซึมเศร้า
  15. เกิดการเลี้ยงดูและการติดต่อสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่และเด็ก มีการสบตา มีการสัมผัส การส่งเสียงและการเคลื่อนไหว
  16. กระตุ้นผิวหนังเด็ก และระบบการทำงานของร่างกาย
- ประโยชน์ของการนวดต่อผู้ปกครอง
1. ช่วยให้ผู้ปกครองมีความมั่นใจในการเลี้ยงดูเด็ก
  2. ช่วยให้พ่อแม่ผ่อนคลายความตึงเครียดจากการทำงานหันมาใช้เวลาร่วมกับเด็กเป็นช่วงเวลานานขึ้นในแต่ละวัน
  3. ช่วยให้พ่อแม่ใช้เวลาอยู่ตามลำพังอย่างเจียบ ๆ กับเด็ก
  4. ช่วยใช้พ่อแม่มีความนับถือตนเองเพิ่มขึ้นเมื่อรู้ว่าตนเองมีกำลังและมีทักษะในการเป็นพ่อแม่เพิ่มมากขึ้นตามบทบาทของตน
  5. เป็นเครื่องมือในการเข้าใจทารกและช่วงเวลาที่พิเศษของเด็ก
  6. เมื่อเด็กต้องเข้าโรงพยาบาล พ่อแม่สามารถช่วยบรรเทาอาการเจ็บป่วยของเด็กได้โดยช่วยให้เด็กรู้สึกดีขึ้นซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของวิธีการรักษา

7. ช่วยคลายความตึงเครียดและผ่อนคลาย

8. ช่วยให้พ่อแม่เข้าใจถึงสัญญาณการแสดงออกของทารกและลำดับขั้นของการรับรู้ของเด็ก

9. ช่วยให้พ่อแม่มีโอกาสมีปฏิสัมพันธ์กับเด็ก

10. ส่งเสริมการเลี้ยงดูและการติดต่อสัมพันธ์รวมถึงการสานสัมพันธ์ทางสายตา

Leslie Hope (2000) ได้กล่าวถึงประโยชน์ของการนวดว่า ทำให้เด็กมีพัฒนาการที่ดีขึ้น ทำให้เด็กเรียนรู้ได้ดีเพราะเด็กมีสมาธิดีขึ้น เด็กมีความสนใจในสิ่งรอบด้านและสบตากับผู้อื่นรวมถึงทำให้เด็กมีการตอบสนองต่อเสียงดีขึ้น ช่วยให้ระบบประสาทด้านการเรียนรู้ของเด็กเชื่อมโยงได้ดีขึ้น การนวดเด็กที่คลอดก่อนกำหนดจะทำให้น้ำหนักตัวเพิ่มขึ้น และยังช่วยให้เด็กมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีขึ้นกับผู้ปกครองโดยเฉพาะอย่างยิ่งกับผู้เป็นพ่อ

วิลเลียม เลิศธรรมเทวี (2544) ยังได้กล่าวถึงประโยชน์ของการนวดสัมผัสในทารกว่าการนวดสัมผัสจะช่วยส่งเสริมพัฒนาการด้านร่างกาย อารมณ์และสังคมของเด็ก ดังนี้

1. ช่วยผ่อนคลายความตึงเครียดของกล้ามเนื้อ ทำให้มีการไหลเวียนของเลือดดีขึ้น จึงช่วยเสริมสร้างกล้ามเนื้อให้แข็งแรงทั่วตัวข้อต่อต่างๆ สามารถรับน้ำหนักและเคลื่อนไหวได้ดีขึ้น เตรียมพร้อมที่จะหัดคลาน นั่ง ยืน เดิน นอกจากนี้ยังช่วยกระตุ้นการดูดกลืนให้ดีขึ้น

2. ช่วยการทำงานของกระเพาะอาหารและลำไส้ ระบายลม ลดอากาศท้องอืด ทารกจึงรับประทานอาหารได้เพิ่มขึ้น และนอนหลับได้นานขึ้น ส่งผลให้น้ำหนักเพิ่มขึ้นเร็ว จากการศึกษาของ Tiffany Field ผู้อำนวยการสถาบันวิจัยการสัมผัสแห่งมหาวิทยาลัยไมอามี พบว่าทารกคลอดก่อนกำหนดที่ได้รับการนวดวันละ 3 ครั้งๆ ละ 15 นาที เป็นระยะเวลา 10 วัน มีน้ำหนักเพิ่มขึ้นร้อยละ 47 และแข็งแรงดี สำหรับการศึกษาในประเทศไทย ทัศนศิริ เอี่ยมศิลา และคณะพบว่าทารกเกิดก่อนกำหนดที่ได้รับการนวดวันละครั้งๆ ละ 15 นาที เป็นระยะเวลา 2 สัปดาห์มีน้ำหนักเพิ่มขึ้นร้อยละ 35

3. ช่วยลดอาการเจ็บปวดให้น้อยลง โดยยับยั้งการนำสัญญาณความเจ็บปวดไปสู่สมอง

4. ส่งเสริมความผูกพันทางจิตใจ เป็นช่วงเวลาที่คุณแม่จะอยู่ใกล้ชิดและเล่นกับลูก รวมทั้งได้พูดคุย มองหน้าและสายตาสงสาร ในรายการที่คุณพ่อคุณแม่ที่ยังกังวลไม่กล้าจับต้องเนื้อตัวลูก การนวดลูกรักทั่วตัวจะช่วยสร้างความมั่นใจในการเลี้ยงดูลูกเพิ่มขึ้น และสามารถค้นพบความผิดปกติที่เกิดขึ้นกับเด็กได้โดยเร็ว ดังนั้นคุณพ่อคุณแม่หรือผู้เลี้ยงดูจึงควรนวดตัวลูกรักอย่างสม่ำเสมอเป็นประจำทุกวัน

## วิธีการนวดทารก

Leslie Hope (2000) ได้กล่าวถึงวิธีการนวดไว้ดังนี้

### การเตรียมตัวก่อนการนวด

1. ผู้นวดควรตัดเล็บให้สั้น
2. ทาครีมด้วยน้ำมันที่ปลอดภัยสำหรับเด็ก ควรเป็นน้ำมันที่ทำมาจากพืชอย่าใช้น้ำมันที่ได้จากการสังเคราะห์สารเคมีเพราะอาจเป็นอันตรายกับเด็ก
3. เตรียมสถานที่สำหรับการนวด จากนั้นถอดเสื้อผ้าเด็กออกให้เหลือแต่ผ้าอ้อม วางเด็กลงบนผ้าเช็ดตัวหรือ เบาะนุ่ม ๆ อุ่น ๆ
4. เริ่มนวดเมื่อเด็กพร้อมหรือยินยอมให้นวด โดยอาจจะบอกเด็กก่อนว่าจะนวดแล้ว เด็กบางคนก็เข้าใจได้ง่ายว่าผู้ปกครองกำลังจะทำอะไร ถึงแม้เด็กบางคนไม่เข้าใจแต่เด็กก็สามารถจำรูปแบบของน้ำเสียงที่เอ่ยกับเด็กได้ การเริ่มลงมือนวดจะช่วยให้รู้ว่าเด็กยอมรับการนวดหรือไม่ รู้สึกไว้เสมอว่าการนวดเป็นสิ่งที่พ่อแม่และเด็กต้องปฏิบัติร่วมกันไม่ใช่สิ่งที่พ่อแม่ทำให้เด็กเพียงฝ่ายเดียว
5. เริ่มนวดศีรษะและหน้าผากของเด็กก่อนอย่างนุ่มนวลและมั่นคงด้วยปลายนิ้ว ต้องให้แน่ใจว่าไม่โดนศีรษะในบริเวณที่บอบบางของเด็ก ภูเขาของเด็กไปมาด้วยนิ้วสองนิ้ว โดยค่อย ๆ ภูไกลงมาตามรูปร่างของใบหูเด็ก และลูบไล่เบา ๆ บริเวณหน้าผาก
6. ย้ายปลายนิ้วมาที่คิ้ว ใช้นิ้วหัวแม่มือลากจากคิ้วมายังด้านข้างของจมูก จากนั้นใช้นิ้วชี้ลากเป็นวงกลมบริเวณขมับของเด็ก ข้ามมาจนถึงบริเวณโหนกแก้ม จากนั้นถูนิ้วเบา ๆ บนปลายจมูกของเด็ก ระวังอย่ากดใกล้ ๆ กับโพรงจมูก
7. จากนั้นนวดเหงือกให้กับเด็กเพื่อบรรเทาอาการปวดจากการงอกของฟัน
8. นวดไหล่ของเด็กแล้วเลื่อนขึ้นมาที่คอ
9. ใช้มือข้างหนึ่งจับแขนเด็กขึ้นมาหนึ่งข้าง แตะกล้ามเนื้อบริเวณแขนของเด็กเบา ๆ เพื่อให้เด็กผ่อนคลาย จากนั้นนวดแขนของเด็กโดยทำมีอนวดเหมือนกำลังนวดแป้งโดว์เวลาที่จะปั้นเป็นนุ จากนั้นจับมือเด็กไว้ ใช้ปลายนิ้วลูบไปมากับฝ่ามือของเด็ก แล้วดึงนิ้วเด็กทีละนิ้ว ๆ อย่างเบา ๆ ทำเช่นเดียวกันกับแขนและมืออีกข้างหนึ่งของเด็ก
10. ย้ายมือมานวดที่หน้าอก เริ่มลูบจากซี่โครงซี่ล่างสุดไปจนถึงช่วงท้องกอดเบา ๆ บริเวณช่องท้องแล้วลากมือมาจนถึงฝ่าอ้อมของเด็ก เมื่อนวดถึงตอนนี้เด็กอาจผายลมหรืออาจถ่ายอุจจาระไม่ต้องตกใจ ให้ทำซ้ำทำเดิม 3-4 ครั้ง

11. ย้ายมานวดที่ขา การนวดขาทำเช่นเดียวกับนวดแขน จากนั้นอย่าลืมนวดฝ่าเท้าเพราะเป็นบริเวณที่ดีมากในการนวด การนวดโดยการถูบไล้แบบมั่นคงจะช่วยให้ไม่จึกจี้ แต่หากเด็กไม่ชอบการนวดฝ่าเท้าก็ให้ข้ามไป แล้วนวดขาอีกข้างหนึ่ง

12. จับเด็กพลิกตัวแล้วเริ่มนวดหลังเด็กด้วยการถูบจากศีรษะมาจนถึงก้น หากเด็กยังไม่ถ่ายอุจจาระ ให้ถอดผ้าอ้อมออกแล้วนวดก้นของเด็ก นวดเบา ๆ แต่มั่นคงบนกระดูกสันหลังของเด็ก

การนวดควรทำครั้งละ 5-10 นาที ในการนวดครั้งแรก และเมื่อผ่านไปได้ด้วยดี อาจเพิ่มเวลาเป็น 10-15 นาที พยายามนวดให้เป็นกิจวัตรประจำวัน และสนุกกับการใช้เวลาพิเศษในช่วงการนวดกับเด็ก

Janet Speirer (1998) แห่ง United cerebral of Colorado ได้นำเสนอวิธีการนวดสำหรับเด็กพัฒนาการช้าไว้ดังนี้

### การเตรียมตัวก่อนการนวด

1. พ่อแม่ควรอยู่ในสถานะที่ผ่อนคลาย โดยอาจใช้วิธีการ อ่านหนังสือ เล่นดนตรี อ่านหนังสือ ดื่มน้ำชา หรือวิธีการใดก็ได้ที่จะทำให้รู้สึกผ่อนคลายก่อนการนวด
2. ควรจัดเตรียมสถานที่ ที่จะทำให้ทั้งพ่อแม่และเด็กรู้สึกสบาย อาจจะเป็น ช่างนอกบ้าน บนพื้น บนตักของแม่ บนเตียง หรือในอ่างน้ำอุ่น
3. ถอดเสื้อผ้าของเด็กออก เหลือแต่ผ้าอ้อม แล้ววางเด็กบนเบาะนุ่ม
4. เริ่มนวดจากตำแหน่งที่เด็กชอบก่อน ซึ่งเด็กแต่ละคนจะมีความชอบไม่เหมือนกัน เด็กบางคนอาจหงุดหงิดในระหว่างการนวด พ่อแม่ควรพยายามปรับการนวดให้เหมาะกับเด็ก ให้เด็กได้ผ่อนคลายโดยการสัมผัส โอบกอดเด็ก
5. สื่อสารกับเด็กด้วยคำพูดหรือท่าทางเพื่อเตรียมตัวก่อนการนวดจริง บอกเด็กว่าเด็กเป็นคนพิเศษสำหรับพ่อแม่ มองหน้าเด็ก หรืออาจจะร้องเพลงก็ได้ เด็กอาจจะไม่เข้าใจคำพูดของพ่อแม่แต่เด็กจะเข้าใจเวลาที่แม่ยิ้มและอยู่ข้าง ๆ เด็ก
6. ใช้น้ำมันซึ่งสกัดจากพืช เช่น น้ำมันจากเมล็ดอัลมอนด์ น้ำมันจากแอปเปิลในการช่วยนวดตัวเด็กเพื่อให้เกิดความลื่นไหลไม่สะดุด อย่าเทน้ำมันลงบนตัวเด็ก แต่ให้เทน้ำมันบนมือของพ่อแม่ แล้วถูมือให้อุ่นก่อนทำการนวด
7. เด็กบางคนชอบการนวดหรือการบีบแบบเบา ๆ แต่เด็กบางคนอาจชอบให้กดหนัก ๆ พ่อแม่ควรตระหนักถึงแรงในการกดในการนวดแต่ละครั้ง เพราะการนวดเป็นการกระตุ้นอย่างต่อเนื่องและส่งเสริมความรู้สึกไว้วางใจระหว่างพ่อแม่กับเด็ก

## วิธีการนวด

### ท่าที่ 1 ทำนวดขา

1. เริ่มจากใช้มือหนึ่งข้างยกสะโพกของเด็กขึ้น ส่วนอีกมือหนึ่งจับเท้าเด็ก แล้วดันสะโพกเด็กขึ้นลงสลับกัน
2. จากนั้นใช้วิธีการนวดแบบอินเดีย โดยใช้มือทั้งสองข้างกำรอบ ๆ ขาเด็กแล้วบิดเป็นเกลียวสลับไปมาจากต้นขาจนถึงข้อเท้า และจากข้อเท้าขึ้นไปหาต้นขา
3. ใช้ฝ่ามือทั้งสองข้างกึ่งขาเด็กไปมา
4. ใช้มือข้างหนึ่งจับข้อเท้าของเด็กไว้ ส่วนอีกข้างหนึ่งกำรอบขาเด็กแล้วใช้นิ้วหัวแม่มือลูบเป็นวงรอบขาเด็กจากข้อเท้าไปจนถึงสะโพก

### ท่าที่ 2 ทำนวดเท้า

1. ใช้นิ้วหัวแม่มือบีบฝ่าเท้าเด็ก
2. ใช้นิ้วหัวแม่มือบีบหลังเท้าเด็ก
3. บีบนิ้วหัวแม่เท้าของเด็ก

### ท่าที่ 3 ทำนวดหน้าอก

1. ลูบมือสลับไปมาจากท้องขึ้นมาจนถึงหน้าอก เลยกไปที่ไหล่ อาจใช้มือทั้งสองข้างหรือข้างเดียวก็ได้
2. นวดท่าเปิดหนังสือจากหัวไหล่ไปจนถึงท้อง
3. นวดท่าไม้กางเขนหรือท่าผีเสื้อ
4. ลูบมือไต่ลงมาจกไหล่จนถึงท้อง

### ท่าที่ 4 ทำนวดท้อง

1. ลูบมือสลับไปมาจากท้องข้างหนึ่งไปสู่ข้างหนึ่ง
2. ใช้นิ้วโป้งนวดท่าเปิดหนังสือที่ซี่โครงด้านล่างของเด็ก
3. ใช้นิ้วหัวแม่มือลูบวนเป็นรูปวงกลมบริเวณลำไส้ของเด็ก จากนั้นให้ทั้งฝ่ามือลูบวนเป็นวงกลม
4. ต้นขาหรือเข่าของเด็กขึ้นไปจนติดท้องแล้วจับค้างไว้สักครู่ โดยนับ 1-5 แล้วปล่อย

### ท่าที่ 5 ทำนวดหน้า

1. ลูบนิ้วหัวแม่มือผ่านจากหน้าผากของเด็กลงมาที่ขมับ
2. นวดขมับของเด็กด้วยนิ้วหัวแม่มือ
3. นวดคิ้วเด็ก
4. นวดลงมาที่ด้านข้างของจมูก

5. นวดแก้มของเด็ก
6. นวดขากรรไกรเด็ก
7. นวดขมับไล่ไปจนถึงหลังหูและใต้คางของเด็ก

#### ทำที่ 6 ทำนวดแขน

1. บีบไหล่เด็กหนัก ๆ แล้วเปลี่ยนเป็นบีบเบา ๆ สลับกันไป
2. บีบแขนเด็กโดยใช้การนวดแบบอินเดีย

#### ทำที่ 7 ทำนวดมือ

1. หายมือเด็กขึ้นแล้วใช้นิ้วหัวแม่มือคลึงวนรอบ ๆ นิ้วของเด็กแต่ละนิ้ว
2. คว่ำมือเด็กลงแล้วใช้นิ้วหัวแม่มือคลึงวนรอบ ๆ นิ้วของเด็กแต่ละนิ้ว

#### ทำที่ 8 ทำนวดหลัง

1. บีบไหล่เด็กทั้งสองข้างสลับกัน
2. วนนิ้วหัวแม่มือเป็นวงกลมบริเวณกระดูกสันหลังและกล้ามเนื้อบริเวณหลัง
3. นวดสะโพกของเด็ก

วิลเลียม เลิศธรรมเทวี (2544) ได้กล่าวถึงวิธีการนวดไว้อย่างเป็นทางการเป็นขั้นตอน ดังนี้

#### การเตรียมตัวก่อนนวดสัมผัส

การเตรียมตัวก่อนนวดเป็นเรื่องสำคัญไม่น้อยไปกว่าการนวด เพื่อจะได้ทำการนวดลูกได้ต่อเนื่อง ไม่ติดขัดหรือหยุดกลางคัน ดังนั้นควรเตรียมตัวและอุปกรณ์ให้พร้อมและเหมาะสม เพื่อช่วยให้ทารกได้รับประโยชน์จากการนวดได้เต็มที่ รวมทั้งคุณแม่หรือคุณพ่อที่จะนวดควรจะรู้สึกผ่อนคลายและมั่นใจ

1. เวลานวด ควรนวดในช่วงที่เด็กอารมณ์ดี ไม่หิว เช่น ภายหลังจากอาบน้ำ หรือหลังรับประทานอาหารอย่างน้อย 1 ชั่วโมง เพื่อให้นมได้รับการย่อยก่อน ป้องกันการอาเจียน แต่ทำนวดบางท่า เช่น ลูกบาศก์ ขนขา ลูกไล่ศีรษะ สามารถทำได้ตลอดเวลา

2. อุณหภูมิห้องเหมาะสม ไม่ร้อนหรือเย็นเกินไป เพราะเวลานวดต้องถอดเสื้อผ้าลูกออก

3. ก่อนนวด ควรล้างมือให้สะอาดและทาแป้ง ถ้ามือผู้นวดแห้งควรทาโลชั่นหรือน้ำมัน เพื่อช่วยให้การสัมผัสผิวเด็กเรียบลื่นและสม่ำเสมอ มิฉะนั้นผิวของเด็กอาจจะคายเคืองได้

4. ให้เด็กนอนบนเบาะนุ่ม ๆ หรือปูผ้าเนื้อหนา ๆ เช่น ผ้าขนหนูบนพื้น เพื่อให้ลูกได้นอนอย่างสบาย ขณะนวดกล้ามเนื้อหรือกระดูกจะผ่อนคลายเด็กอาจปัสสาวะได้ ควรเตรียมผ้าอ้อมไว้เปลี่ยนด้วย

## วิธีการนวด

1.บอกเด็กว่าจะนวดและอุ้มโอบกอด ในระหว่างการนวดควรมีผู้ พูดยุ้ย และมองสบตาเด็กด้วย

2.เริ่มนวดจากศีรษะ แขน ขา ไหล่ลงไปถึงฝ่าเท้าและหลัง โดยทำซ้ำท่าละ 5 ครั้ง ไม่จำเป็นต้องนวดทุกท่า ระยะเวลาในการนวดไม่ควรเกิน 15 นาที ขณะนวดควรสังเกตปฏิกิริยาโต้ตอบของทารก ถ้าเด็กยิ้มอารมณ์ดี แสดงว่าการนวดถูกต้อง เหมาะสม ถ้าเด็กขดขึ้นไม่ยินยอมหรือร้องไห้ ควรหยุดนวดทันที ค่อย ๆ ปล่อยโยนจนกว่าเขาจะพร้อมสนุกสนานกับการนวดอีกครั้ง จึงเริ่ม ลงมือนวดใหม่ ทำนวดมีดังนี้

**ท่าที่ 1** จัดท่าให้เด็กนอนหงาย วางฝ่ามือทั้ง 2 ข้างบนศีรษะให้นิ้วมือประสานกันเล็กน้อย ตรงแนวกึ่งกลางศีรษะ ถูบลงมาจนถึงปลายคาง

**ท่าที่ 2** ใช้ปลายนิ้วชี้และนิ้วกลางถูบได้จากบริเวณกึ่งกลางหน้าผากลงมาที่ขมับ

**ท่าที่ 3** ใช้ปลายนิ้วกลาง นวดรอบปากโดยวนปลายนิ้วเป็นวงกลมแบบก้นหอยต่อเนื่องไป เริ่มจากมุมปากข้างหนึ่งผ่านเหนือริมฝีปาก ไปยังมุมปากอีกข้างหนึ่งแล้ววนต่อไปยังริมฝีปาก จนกลับมามีเดิม ตามเข็มนาฬิกา

**ท่าที่ 4** นวดแขนเด็กทีละข้าง โดยจับแขนเด็กยกขึ้นแล้วใช้มืออีกข้างจับรอบแขนเด็กนวด คลึงเป็นห่วงวงกลมจากต้นแขน ค่อย ๆ เลื่อนไปสู่ข้อมือ แล้วใช้หัวแม่มือกดฝ่ามือเด็ก เบา ๆ

**ท่าที่ 5** จับข้อมือทั้งสองข้าง ค่อย ๆ ยืดแขนออกและยกขึ้นเหนือศีรษะ แล้วยกมาแนบลำตัว จากนั้นยกแขนซ้ายและขวาขึ้นลงสลับกัน (โดยนับที่แขนใดแขนหนึ่งเป็นหลัก 5 ครั้ง)

**ท่าที่ 6** ใช้ฝ่ามือทั้งสองข้าง ถูบได้จากบริเวณคอผ่านลงมาที่หน้าอก ท้อง ให้ฝ่ามือสัมผัสผิวหนังบริเวณกว้างที่สุดเท่าที่จะทำได้

**ท่าที่ 7** นวดขาเด็กทีละข้าง โดยจับขาเด็กยกขึ้นแล้วใช้มืออีกข้างจับรอบขา นวดคลึง เบา ๆ เป็นห่วงวงกลม เริ่มนวดจากต้นขา ค่อย ๆ เลื่อนไปสู่ปลายเท้า ใช้หัวแม่มือกดฝ่าเท้าเด็กเบา ๆ

**ท่าที่ 8** จับขาเด็กทั้ง 2 ข้าง ดันขึ้นลงสลับกันเบา ๆ ให้เหมือนกับการขี่จักรยาน หลังจากการนวดเสร็จสิ้นแล้ว ใส่เสื้อผ้าและโอบกอดเด็กไว้สักครู่ ถ้าเด็กหิวให้เด็กรับประทาน

สถาบันวิจัยการสัมผัส สังกัดโรงเรียนแพทย์แห่งมหาวิทยาลัย ไมอามี ได้กล่าวถึงทำนวดที่ใช้ในนวดทารกแรกคลอดที่มีน้ำหนักตัวน้อยแล้วได้ผลทำให้ มีน้ำหนักตัวเพิ่มขึ้นวันละ 47 % มีผลคะแนนจากการตรวจ ด้วย บราเซลตันสเกล (brazelton scale) สูงกว่าปกติ และออกจากโรงพยาบาลได้เร็วขึ้น 6 วัน



### การเตรียมตัวก่อนนวด

- 1.ขอเวลาให้ลูกวันละ 15 นาที ถ้าเป็นหลังอาบน้ำได้ยิ่งดี
- 2.หาห้องที่ไม่มีลมโกรก เพราะเด็กจะไม่ได้สวมเสื้อผ้าขณะนวด
- 3.วางเด็กลงบนที่นอนที่ไม่นุ่ม หรือแข็งจนเกินไป
- 4.เตรียมแป้งเด็กหรือเบบี้ออยล์หรือเบบีโลชั่น ให้พร้อมสำหรับช่วยหล่อลื่นระหว่างนวด
- 5.ล้างมือให้สะอาดแล้วถูด้วยแป้งเด็ก หรือเบบี้ออยล์ หรือเบบีโลชั่น แล้วจึงเริ่มลงมือนวด
- 6.ทำซ้ำ ๆ ทำละ 5 ครั้ง

### วิธีการนวด

#### **ท่าที่ 1 นวดหน้า (ทำยิ้มแฉ่ง)**

- 1.จรดนิ้วหัวแม่มือทั้ง 2 ข้าง ลงตรงกลางบริเวณเหนือปากบน ลากออกไปเป็นเส้นตรงจนสุดขอบปาก
- 2.จรดนิ้วหัวแม่มือทั้ง 2 ข้าง ที่กลางคาง ลากเป็นเส้นตรงจนสุดขอบปากด้านล่าง

#### **ท่าที่ 2 นวดหน้าอก (ท่าเปิดหนังสือ)**

- 1.วางมือทั้งสองข้างลงตรงกลางอก ลากมือทั้งสองออกจากกันไปทางด้านข้างลำตัว ตามแนวซี่โครง เหมือนเปิดหนังสือไว้ แล้วรูดหน้าหนังสือให้เรียบ
- 2.ลากมือทั้งสองให้โค้งมาชนกัน ที่กลางท้อง โดยให้ตำแหน่งของการเคลื่อนไหวตั้งแต่เริ่มจนจบเหมือนการวาดรูปหัวใจ

#### **ท่าที่ 3 นวดหลัง (ท่าเดินหน้าและถอยหลัง)**

เริ่มจากบริเวณไหล่ด้านหลัง ถูมือกับหลังในจังหวะเดินหน้า และถอยหลังโดยให้มือหนึ่งเคลื่อนลง และอีกมือเคลื่อนขึ้น ขณะเดียวกันให้นวดเลื่อนลงมาจนถึงก้นกบ

#### **ท่าที่ 4 นวดขา (ท่าบีบนวดไปรอบ ๆ)**

ใช้มือข้างหนึ่งจับเท้ายกขึ้น ใช้มืออีกข้างกำรอบขาบีบนวด พร้อมเคลื่อนขึ้น และลง

#### **ท่าที่ 5 นวดขา(ท่าคลึงไปคลึงมา)**

กึ่งขาเด็กไปมาระหว่างมือทั้งสองข้างโดยเริ่มจากหัวเข่าไปจนถึงข้อเท้า

#### **ท่าที่ 6 นวดแขน (ท่ารถเมล์จอดป้าย)**

จับมือเด็กชูเหนือหัวในแนวระนาบ พร้อมกับนวดบริเวณใต้รักแร้ ซึ่งเป็นการนวดต่อมน้ำเหลืองที่สำคัญบริเวณรักแร้

### ท่าที่ 7 นวดแขน(ท่าบีบนวดไปรอบ ๆ)

จับแขนเด็กให้ตั้งฉากขึ้นกับพื้นด้วยมือทั้งสองข้างเหมือนท่าจับไม้เบสบอล โดยไม่ให้มือทับกัน แล้วหมุนไปรอบ ๆ แขนเด็ก พร้อมบีบเบา ๆ โดยหมุนเดิหน้าและหมุนถอยหลังสลับกัน

### ท่าที่ 8 นวดกระตุ้นระบบทางเดินอาหาร

การนวดกระเพาะจะช่วยเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงานของกล้ามเนื้อในระบบทางเดินอาหาร ช่วยระบายลม และทุเลาอาการท้องผูก ท่านวดทุกท่าจะจบลงบริเวณด้านซ้ายของท้องน้อยเด็ก ทั้งนี้เป็นไปตามลักษณะทางกายภาพ และการเคลื่อนไหวของลำไส้

### ท่าที่ 9 ไอ เลิฟ ยู หรือ แม่รักหนูนะจ๊ะ

ใช้มือขวาลากเส้นตรงจากบนลงล่าง บริเวณท้องน้อยด้านซ้าย เขียนตัวแอลกลับหัว บนท้องน้อยโดยเริ่มจากซ้ายไปขวา เขียนตัวยูคว่ำโดยเริ่มจากซ้ายไปขวา

### ท่าที่ 10 ระเบิดวิดน้ำ

1. วางฝ่ามือตั้งฉากกับท้องเด็ก เคลื่อนมือตรงลงด้านล่างทีละข้าง โดยเริ่มจากซ้ายโครงทำเป็นจังหวะ เมื่อมือข้างหนึ่งเคลื่อนลงสุด ก็เริ่มเคลื่อนมืออีกข้างจากซ้ายโครงลงด้านล่าง
2. จับข้อเท้าทั้งสองข้างรวบเข้าหากัน ด้วยมือซ้ายเพื่อช่วยผ่อนคลายกระเพาะ โดยทำท่ากวาดจากซ้ายโครงลงมาเหนือหัวเหน่าด้วยมือขวา

### ท่าที่ 11 ปูไต่พุง

ใช้นิ้วมือเดินไต่บนท้องน้อยโดยเริ่มจากซ้ายไปขวา คุณอาจจะรู้สึกถึงการเคลื่อนไหวของลมไต่นิ้วของคุณ

นอกจากนี้ อุดมลักษณ์ กุลพิจิตร (2541) ได้เสนอวิธีการนวดและบริหารร่างกายสำหรับเด็กทารก ไว้ดังนี้

#### 1. การนวดและกายบริหารสำหรับเด็กแรกเกิด

- 1.1) ใช้มือทั้งสองข้าง ลูบลำตัวเด็กจากหน้าอกลงมาถึงหน้าท้องขึ้นลงสลับกัน



รูปที่ 1.1

- 1.2) นวดขาเด็กทั้งสองข้างจากต้นขามาถึงข้อเท้า



รูปที่ 1.2

- 1.3) ยกแขนเด็กทั้งสองข้างขึ้น-ลง พร้อมกัน



รูปที่ 1.3

- 1.4) งอเข่าเด็กสลับไปมา



รูปที่ 1.4

- 1.5) ชันเข่าเด็กขึ้น แล้วจับขาเด็กแยกออก และดึงเข้ามาชิดกัน ทำสลับไปมา



รูปที่ 1.5

- 1.6) จับเด็กพลิกคว่ำ แล้วงอเข่าเด็กมาด้านหลัง



รูปที่ 1.6

- 1.7) จับมือเด็ก พยุงเด็กให้ยืนขึ้น แล้วพาเด็กเดิน ซึ่งเด็กจะเดินโดยใช้ปลายเท้า



รูปที่ 1.7

- 1.8) ให้เด็กนอนหงายโดยที่สองมือจับDumbbellไว้ และผู้ให้การเลี้ยงดูจับDumbbell หรือมือของเด็กเพื่อดึงให้เด็กลุกขึ้น ประมาณ 3-6 ครั้ง



รูปที่ 1.8

- 1.9) ยกขาของเด็กขึ้นแล้วไขว้ขาเด็กกลับไปมา



รูปที่ 1.9

- 1.10) ยกเท้าของเด็กขึ้นแล้วจับให้ฝ่าเท้าทั้งสองข้างของเด็กมาบรรจบกัน



รูปที่ 1.10

- 1.11) ให้เด็กนอนหงายแล้วดันเข้าเด็กให้ชันขึ้นจนส้นเท้าเด็กไปชิดกับสะโพก เพื่อกระตุ้นให้เด็กดันตัวไปข้างหน้า



รูปที่ 1.11

- 1.12) จับเด็กนอนคว่ำบนหมอนข้าง แล้วกลิ้งหมอนข้างไปมา



รูปที่ 1.12

## 2. การนวดและกายบริหารสำหรับเด็กกำลังหัดนั่ง

- 2.1) จับเด็กนั่ง แล้วไขว้มือของเด็กสลับไปมา



รูปที่ 2.1

- 2.2) จับเด็กนอนหงาย แยกขาเด็กออกทั้งสองข้าง แล้วนำขามาชิดกัน ทำเช่นนี้สลับไป  
มา



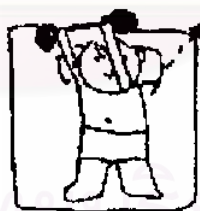
รูปที่ 2.2

- 2.3) จับเด็กนอนหงาย ให้มือทั้งสองข้างของเด็กจับDumbbellไว้ แล้วผู้ให้การเลี้ยงดู  
เด็กยกแขนเด็กขึ้นลง



รูปที่ 2.3

- 2.4) ให้เด็กจับDumbbellแล้วยกแขนเด็กขึ้น โยกแขนเด็กไปด้านซ้ายและขวา สลับกัน



รูปที่ 2.4

- 2.5) ช่วยให้เด็กฝึกกลับตัว โดยวางมือเด็กให้ราบไปด้านหนึ่งแล้วดันตัวเด็กเบา ๆ ให้  
กลับมาในท่าพลิกคว่ำ เพื่อเตรียมมคลาน



รูปที่ 2.5

- 2.6) จับเด็กนอนหงายแล้วยกขาเด็กขึ้น-ลง สลับกันข้างละ 6 ครั้ง



รูปที่ 2.6

- 2.7) ไข้เข้าทั้งสองข้างหนีบขาเด็กไว้ แล้วยกสะโพกเด็กขึ้น-ลง



รูปที่ 2.7

- 2.8) จับเด็กนอนคว่ำบนหมอนข้าง แล้วกลิ้งหมอนข้างไปมา



รูปที่ 2.8

- 2.9) จับตัวเด็กนอนพาดบนหมอนข้าง แล้วกลิ้งตัวเด็กไปมา ขึ้น-ลง เป็นจังหวะ 1-2-3



รูปที่ 2.9

- 2.10) จับใต้แขนของเด็กแล้วยกตัวเด็กขึ้น ให้เด็กเดินบนหมอนข้าง



รูปที่ 2.10

### 3. การนวดและกายบริหารสำหรับเด็กเตรียมคลอด

- 3.1) จับลำตัวเด็กไว้ แล้วให้เด็ก sit-up ประมาณ 3-6 ครั้ง



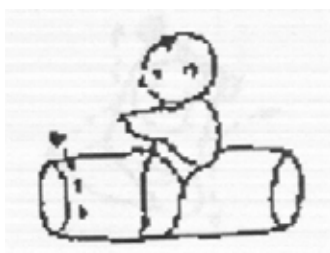
รูปที่ 3.1

- 3.2) จับเด็กนั่ง โดยมือทั้งสองข้างจับ Dumbbell ไว้ แล้วยกแขนขึ้นพร้อมกันเป็นจังหวะ 1-2



รูปที่ 3.2

- 3.3) จับเด็กนั่งบนหมอนข้างแล้วโยกหมอนข้างไปมา ซ้าย-ขวา



รูปที่ 3.3



- 3.4) จับเด็กนั่งบนหมอนข้างแล้วโยกหมอนข้างไปข้างหน้า เป็นจังหวะ 1-2



รูปที่ 3.4

- 3.5) จับตัวเด็กไว้ ให้เด็กฝึกเดินบนแผ่นโฟม



รูปที่ 3.5

- 3.6) จับตัวเด็กให้แขนของเด็กพาดกับหมอนข้าง เพื่อให้เด็กเอื้อมมือไปหยิบลูกบอลที่วางอยู่ข้างหน้าเด็กในระยะที่ไม่ไกลนัก



รูปที่ 3.6

#### 4. การนวดและกายบริหารสำหรับเด็กกำลังคลาน

- 4.1) ให้เด็กนั่ง โดยที่มือทั้งสองข้างจับ Dumbbell ไว้ แล้วโยกแขนเด็กไปด้านซ้าย-ขวา และ ขึ้น-ลง สลับกัน



รูปที่ 4.1

- 4.2) ยกลำตัวเด็กขึ้น-ลง เพื่อให้เด็กได้คว้าสิ่งของที่แขวนอยู่ตรงหน้า



รูปที่ 4.2

- 4.3) จับเด็กนอนหงาย แล้วยกขาเด็กไขว้ไปมา สลับซ้าย-ขวา



รูปที่ 4.3

- 4.4) กระตุ้นให้เด็กคลานหรือยืนโดยใช้ของเล่นเป็นสิ่งล่อใจ



รูปที่ 4.4

- 4.5) ให้เด็กนอนบนหมอนข้าง แล้วกลิ้งหมอนข้างสลับไป-มา เหมือนตุ๊กตาล้มลุก



รูปที่ 4.5

- 4.6) จับใต้แขนเด็ก เพื่อช่วยพยุงตัวเด็กให้ฝึกเดิน แล้วให้เด็กทดลองเดินเอง



รูปที่ 4.6

## 5. การนวดและกายบริหารสำหรับเด็กฝึกเดินและยืน

- 5.1) ให้เด็กยืนขึ้นแล้วยกแขนเด็กขึ้น-ลง สลับกัน จากนั้นจับเด็กลงแล้วยกแขนขึ้น-ลง สลับกัน



รูปที่ 5.1

- 5.2) ให้เด็กยก Dumbbell โดยโยกแขนไปทางซ้ายและขวา



รูปที่ 5.2

- 5.3) ให้เด็กยก Dumbbell ขึ้น-ลง



รูปที่ 5.3

5.4) จับเด็กให้ก้าวเดิน



รูปที่ 5.4

5.5) ยกแขนและขาเด็กสลับข้างกัน



รูปที่ 5.5

5.6) เด็กที่สามารถเดินได้ ให้เด็กลองเดินด้วยตนเอง



รูปที่ 5.6

5.7) จับเด็กให้ตีลังกาเบา ๆ



รูปที่ 5.7

- 5.8) จับเท้าของเด็กยกขึ้น โดยให้ห้อยศีรษะลงด้านล่าง เพื่อให้เด็กใช้มือเดินแทนเท้า



รูปที่ 5.8

- 5.9) ให้เด็กฝึกคลานข้ามสิ่งกีดขวาง



รูปที่ 5.9

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ตอนที่ 6 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

Tiffany M. Field (1995) ได้ทำงานวิจัยเรื่อง ผลของการนวดบำบัดในทารกและเด็ก (Massage Therapy For Infants and Children) พบว่าทารกเกิดก่อนกำหนดที่ได้รับการนวดวันละ 3 ครั้งๆ ละ 15 นาที เป็นระยะเวลา 10 วัน เด็กมีความตื่นตัวและมีความแข็งแรงขึ้น นอนหลับง่าย การร้องไห้ลดลง ระดับคอริติโซลลดลง และเมื่อนวดไปได้ 6 สัปดาห์ พบว่าเด็กมีน้ำหนักตัวเพิ่มขึ้นร้อยละ 47 มีอารมณ์ดีขึ้น และพื้นอารมณ์อยู่ในระดับดี

Pardew (1996) ได้ศึกษาผลการนวดทารก ต่อการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างเด็กที่มีความเสี่ยงสูงกับผู้ดูแลเด็ก โดยเปรียบเทียบการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างเด็กที่ได้รับการนวดจำนวน 9 คนและไม่ได้รับการนวด 14 คน โดยใช้แบบวัดการมีปฏิสัมพันธ์ Nursing child assessment (NCAST) และทำการสัมภาษณ์ผู้ดูแลเด็ก จำนวน 10 คน ถึงพัฒนาการเด็ก พบว่าเด็กที่ได้รับการนวดจะมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีขึ้นกับสภาพแวดล้อมและผู้ดูแลเด็ก

Bardi (1996) ได้ศึกษาผลของการเรียนรู้และการปฏิบัติการนวดต่อความมั่นใจของพ่อแม่ในการเลี้ยงดูเด็ก พบว่าพ่อแม่ที่เข้าอบรมเรื่องการนวดทารกและได้ปฏิบัติการนวดกับบุตรของตน มีปฏิสัมพันธ์ที่ดีขึ้นกับบุตรและมีความมั่นใจในการดูแลเด็กเพิ่มขึ้น

Strong (1989) ได้ศึกษาผลของการนวดที่มีต่อเด็กคลอดก่อนกำหนด พบว่าหลังการนวดเด็กมีอัตราการเต้นของชีพจรเปลี่ยนไปในทางที่ดีขึ้น และการหายใจอัตรากำลังเพิ่มขึ้น และหลังการนวด 10 นาที อารมณ์รุนแรงของเด็กลดลง นอกจากนี้ทารกยังมีอาการตื่นตัว มีพฤติกรรมที่หลากหลายในการแสดงออก ทารกหลับง่ายและหลับสนิทขึ้นหลังจากการนวด

จากการศึกษางานวิจัยของต่างประเทศเกี่ยวกับการนวดทารก สรุปได้ว่า การนวดมีผลกับการปฏิสัมพันธ์ระหว่างทารกกับผู้เลี้ยงดูและมีพื้นอารมณ์อยู่ในระดับดี นอกจากนี้ยังช่วยให้เด็กมีความตื่นตัว ร่างกายแข็งแรงขึ้น มีน้ำหนักตัวเพิ่มขึ้น แสดงพฤติกรรมได้หลากหลายขึ้น หลับง่าย และหลับสนิท การร้องไห้ลดลง มีภาวะซึมเศร้าในระดับต่ำลง และยังมีประโยชน์กับพ่อแม่หรือผู้ให้การเลี้ยงดูในด้านการมีความมั่นใจในการเลี้ยงดูเด็กอีกด้วย

## บทที่ 3

### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ คือ พัฒนาโปรแกรมการนวดทารกเพื่อส่งเสริมพัฒนาการและการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก ในสถานสงเคราะห์เด็ก เพื่อให้การวิจัยบรรลุวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ ผู้วิจัยได้แบ่งการดำเนินการวิจัยออกเป็น 4 ขั้นตอน

ขั้นที่ 1 การศึกษาข้อมูลพื้นฐาน

ขั้นที่ 2 การสร้างโปรแกรมการนวดทารกเพื่อส่งเสริมพัฒนาการและการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก ในสถานสงเคราะห์เด็ก

2.1 กำหนดกรอบแนวคิดในการสร้างโปรแกรมการนวดทารก ฯ

2.2 นำกรอบแนวคิดที่สร้างขึ้นมาเขียนร่างรายละเอียดของโปรแกรมการนวดทารก ฯ

2.3 ผลิตเอกสารและจัดหาสื่อประกอบการใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ

ขั้นที่ 3 การทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารกเพื่อส่งเสริมพัฒนาการและการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก ในสถานสงเคราะห์เด็ก

3.1 ระยะเวลาที่ 1 ขั้นเตรียมการ

3.2 ระยะเวลาที่ 2 ขั้นดำเนินการนวดกับทารก

3.3 ระยะเวลาที่ 3 ขั้นสรุปและอภิปรายผลการใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ

ขั้นที่ 4 การปรับปรุงและนำเสนอโปรแกรมการนวดทารกเพื่อส่งเสริมพัฒนาการและการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก ในสถานสงเคราะห์เด็ก

#### ขั้นที่ 1 การศึกษาข้อมูลพื้นฐาน

ผู้วิจัยได้ศึกษาข้อมูลพื้นฐานเพื่อกำหนดขอบเขตในการสร้างโปรแกรมการนวดทารกเพื่อส่งเสริมพัฒนาการและการมีปฏิสัมพันธ์ของทารกในสถานสงเคราะห์เด็ก โดยดำเนินการดังนี้

1.1 ศึกษา ค้นคว้า รวบรวมความรู้และทฤษฎีต่าง ๆ จากเอกสาร วารสาร ตำราและงานวิจัยต่าง ๆ เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างโปรแกรมการนวดทารก ฯ และเป็นพื้นฐานในการจัดฝึกอบรมให้ความรู้แก่ผู้ดูแลเด็ก โดยศึกษาในเรื่องต่อไปนี้

1.) พัฒนาการของเด็กทารกและการส่งเสริมพัฒนาการของเด็กทารก ความหมายและที่มาของเด็กกำพร้า ความหมายและความสำคัญของพัฒนาการ องค์ประกอบของพัฒนาการ และการจำแนกพัฒนาการ ความแตกต่างระหว่างพัฒนาการในทารก

ความหมายของการมีปฏิสัมพันธ์ ทักษะพื้นฐานในการสร้างปฏิสัมพันธ์ที่ดี ประโยชน์ของการสร้างปฏิสัมพันธ์ที่ดี

2.) ความเป็นมาของการนวด ประเภทของการนวด ประโยชน์และความสำคัญของการนวดเด็ก วิธีการนวดเด็ก

3.) เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการสร้างโปรแกรม

1.2 ฝึกปฏิบัติการนวดเด็กทารกตามวิธีการในเอกสารตำรา ทั้งไทยและต่างประเทศ พร้อมทั้งฝึกนวดจริงกับทารก

1.3 ศึกษาสภาพและปัญหาของเด็กทารกในสถานสงเคราะห์เด็กอ่อนพญาไท ในด้านการเลี้ยงดู การดูแลสุขภาพอนามัย การกระตุ้นและการส่งเสริมพัฒนาการในเด็กทารก

**ขั้นที่ 2 การสร้างโปรแกรมการนวดทารกเพื่อส่งเสริมพัฒนาการและการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก ในสถานสงเคราะห์เด็ก ผู้วิจัยได้ดำเนินการดังนี้**

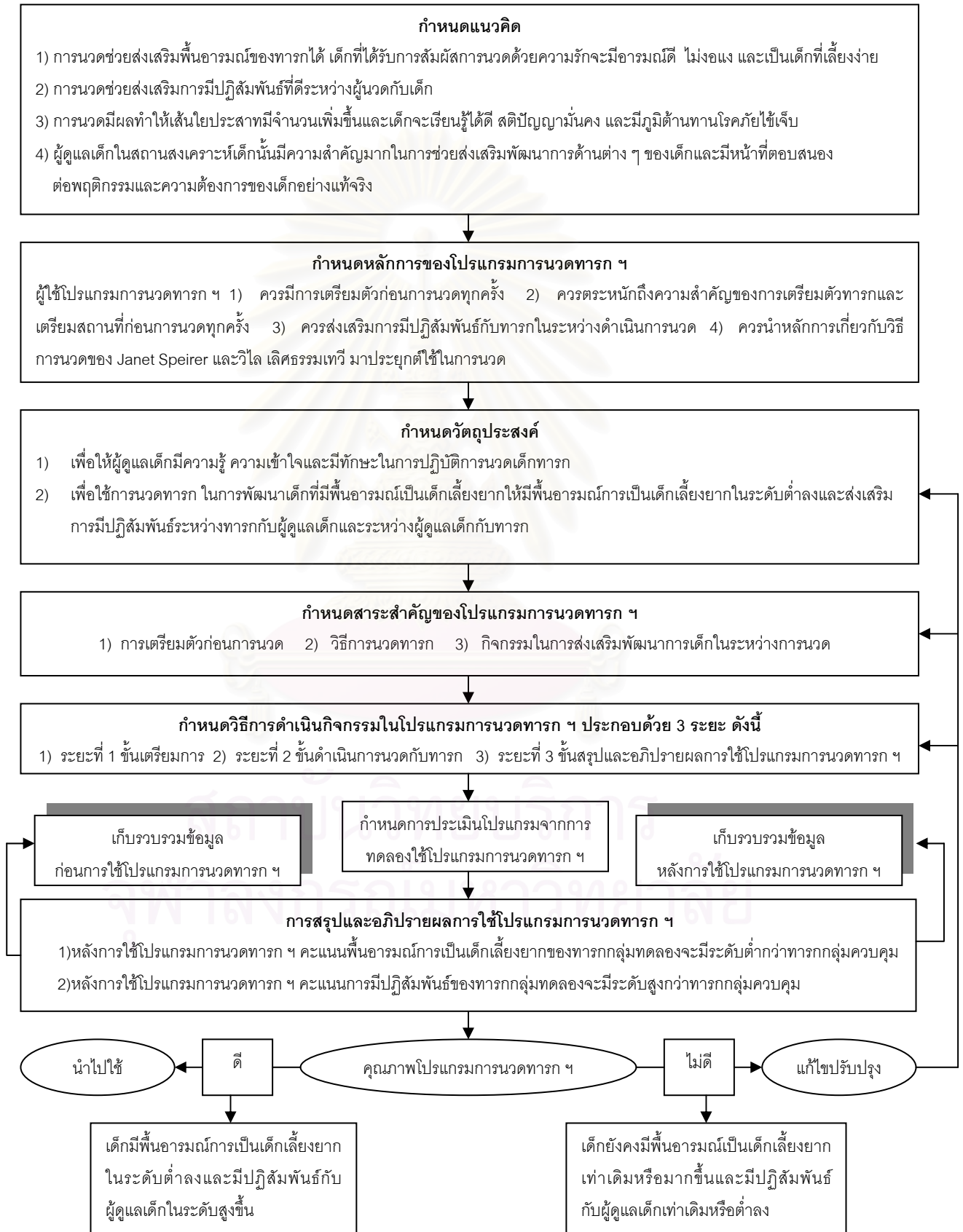
2.1 กำหนดกรอบแนวคิดในการสร้างโปรแกรมการนวดทารก ฯ

โดยสังเคราะห์จากทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการนวดทารกและสภาพความเป็นจริงของทารกกำพร้า ที่ได้จากการศึกษาข้อมูลพื้นฐาน ซึ่งกรอบแนวคิดของโปรแกรมการนวดทารก ฯ ประกอบด้วย แนวคิด วัตถุประสงค์ของโปรแกรมการนวดทารก ฯ หลักการของโปรแกรมการนวดทารก ฯ กลุ่มเป้าหมาย สาระสำคัญของโปรแกรมการนวดทารก ฯ การดำเนินกิจกรรมในโปรแกรมการนวดทารก ฯ ระยะเวลาในการใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ สื่อประกอบการใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ และการประเมินผลโปรแกรมการนวดทารก ฯ ดังเสนอไว้ในแผนภูมิที่ 1

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



แผนภูมิที่ 1 กรอบแนวคิดของโปรแกรมการนวดทารกเพื่อส่งเสริมพัฒนาการและการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก ในสถานสงเคราะห์เด็ก



2.2 นำกรอบแนวคิดที่สร้างขึ้นมาเขียนร่างรายละเอียดของโปรแกรมการนวดทารก ฯ แล้วตรวจสอบความถูกต้อง ความสอดคล้องของโปรแกรมการนวดทารก ฯ มีรายละเอียดดังนี้  
ร่างโปรแกรมการนวดทารก เพื่อส่งเสริมพื้่นอารมณ์และการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก  
ในสถานสงเคราะห์เด็ก

#### แนวคิด

1. การนวดช่วยส่งเสริมพื้่นอารมณ์ของทารกได้ เพราะเด็กที่ได้รับการสัมผัสการนวดด้วยความรัก จะมื้อารมณ์ดี แจ่มใสเบิกบาน ไม่งอแง และเป็นเด็กที่เลี้ยงง่ายขึ้น
2. การนวดช่วยส่งเสริมการมีปฏิสัมพันธ์ที่ระหว่างผู้นวดกับเด็ก
3. การนวดมีผลกับเส้นประสาท คือ ทำให้เส้นใยประสาทมีจำนวนเพิ่มขึ้นและเด็กจะเรียนรู้ได้ดี สติปัญญามั่นคง และมีภูมิต้านทานโรคภัยไข้เจ็บ
4. ผู้ดูแลเด็กในสถานสงเคราะห์เด็กนั้นมีความสำคัญมากในการช่วยส่งเสริมพัฒนาการด้านต่าง ๆ ของเด็กและมีหน้าที่ตอบสนองต่อพฤติกรรมและความต้องการของเด็กอย่างแท้จริง

#### หลักการของโปรแกรมการนวดทารก ฯ

ผู้ใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ ควรมีหลักการดังต่อไปนี้

- 1) ควรมีการเตรียมตัวก่อนการนวดทุกครั้ง
- 2) ควรตระหนักถึงความสำคัญของการเตรียมตัวทารกและเตรียมสถานที่ก่อนการนวดทุกครั้ง
- 1) ควรส่งเสริมการมีปฏิสัมพันธ์กับทารกในระหว่างดำเนินการนวด
- 2) ควรนำหลักการเกี่ยวกับวิธีการนวดของ Janet Speirer และวิลเลียม เลิศธรรมเทวีมาประยุกต์ใช้ในการนวด

#### วัตถุประสงค์

- 1) เพื่อให้ผู้ดูแลเด็กมีความรู้ ความเข้าใจและมีทักษะในการปฏิบัติการนวดเด็กทารก
- 2) เพื่อใช้การนวดทารก ในการพัฒนาเด็กที่มีพื้่นอารมณ์เป็นเด็กเลี้ยงยาก ให้มีพื้่นอารมณ์การเป็นเด็กเลี้ยงยากในระดับต่ำลงและส่งเสริมการมีปฏิสัมพันธ์ของทารกกับผู้ดูแลเด็กและกับกิจกรรมที่ผู้ดูแลเด็กจัดให้

ร่างโปรแกรมการนวดทารกเพื่อส่งเสริมพัฒนาการและการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก  
ในสถานสงเคราะห์เด็ก (ต่อ)

### เนื้อหา

การเตรียมตัวสำหรับผู้ดูแลเด็ก ต้องมีความรู้ ความเข้าใจในเรื่องต่อไปนี้

1. พัฒนาการทารก 0-1 ปี
2. พัฒนาการเด็กและการมีปฏิสัมพันธ์
3. ความเป็นมาของการนวด ประโยชน์และวิธีการนวดทารก

### วิธีการนวดทารกวิธีดำเนินการ

#### 1. ชั้นเตรียมการ

เป็นชั้นการจัดฝึกอบรมให้ความรู้ความเข้าใจและฝึกปฏิบัติการนวดทารกแก่ผู้ดูแลเด็ก ในเรื่องต่อไปนี้

- 1.1 พัฒนาการเด็กและการส่งเสริมพัฒนาการเด็กวัย 0-1 ปี
- 1.2 พัฒนาการของเด็ก ได้แก่ ความหมายของพัฒนาการ องค์ประกอบพัฒนาการ 9 ด้านและการจำแนกเด็กตามพัฒนาการ
- 1.3 การปฏิสัมพันธ์ ได้แก่ ความหมายของการมีปฏิสัมพันธ์ ทักษะในการสร้างปฏิสัมพันธ์ที่ดีและประโยชน์ในการสร้างปฏิสัมพันธ์ที่ดี
- 1.4 การนวดทารก ได้แก่ ความเป็นมาของการนวด ประโยชน์ของการนวดทารก และวิธีการนวดทารก

#### 2. ชั้นดำเนินการนวดกับทารก

ผู้ดูแลเด็กปฏิบัติการนวดกับทารกในกลุ่มทดลอง จำนวน 20 คน เป็นเวลา 7 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 4-5 วัน วันละ 1-2 ครั้ง ครั้งละ 15-20 นาที โดยเริ่มจากการนวดหน้า นวดแขน นวดมือ นวดหน้าอก นวดท้อง นวดขา นวดเท้า และนวดหลัง ตามลำดับ

### เอกสารและสื่อประกอบการใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ ได้แก่

- 1.1 คู่มือการใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ
- 1.2 เอกสารประกอบการฝึกอบรมเรื่อง
  - 1.2.1 เด็กทารก
  - 1.2.2 พัฒนาการเด็ก
  - 1.2.3 การปฏิสัมพันธ์
  - 1.2.4 การนวดทารก

ร่างโปรแกรมการนวดทารกเพื่อส่งเสริมพัฒนาการและการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก  
ในสถานสงเคราะห์เด็ก (ต่อ)

### เอกสารและสื่อประกอบการใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ (ต่อ)

- 1.3 เครื่องมือสำหรับการประเมินผลหรือเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล
  - 1) แบบสอบถามพัฒนาการของทารกในสถานสงเคราะห์เด็ก
  - 2) แบบสังเกตการมีปฏิสัมพันธ์ของทารกในสถานสงเคราะห์เด็ก
- 1.4 ตุ๊กตาพลาสติก งอแขนขาได้ โดยใช้สาธิตและทดลองฝึก ในกรณีที่ไม่สามารถสัมผัสหรือ  
อุ้มเด็กได้

### 3. ชั้นสรุปและอภิปรายผลการใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ

ประเมินผลการใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ ผู้วิจัยติดตามผลหลังการใช้ 7 สัปดาห์  
โดยประเมินพัฒนาการของทารกจากแบบสอบถามพัฒนาการของทารกและประเมินการมีปฏิสัมพันธ์  
ของทารกจากแบบสังเกตการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างทารกกับผู้ดูแลเด็กว่ามีเปลี่ยนแปลงดีขึ้นหรือไม่  
หากดีขึ้นคะแนนของพัฒนาการจะมีระดับต่ำลงและคะแนนของการมีปฏิสัมพันธ์จะสูงขึ้น

**2.3 ผลิตเอกสารและจัดหาสื่อประกอบการใช้โปรแกรมการนวดทารก เพื่อส่งเสริมพื้นอารมณ์และการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก ในสถานสงเคราะห์เด็ก เพื่อให้ผู้ดูแลเด็ก ได้ใช้ศึกษาทบทวนประกอบการฝึกอบรมและฝึกปฏิบัติ ซึ่งประกอบด้วย**

- 2.3.1 คู่มือการใช้โปรแกรมการนวดทารกเพื่อส่งเสริมพื้นอารมณ์และการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก ในสถานสงเคราะห์เด็ก
- 2.3.2 เอกสารประกอบการอบรม เรื่อง เด็กทารก พื้นอารมณ์เด็ก การปฏิสัมพันธ์ และการนวดทารก
- 2.3.3 สื่อ – อุปกรณ์สำหรับการนวดทารก ที่ใช้ประกอบการอบรม ได้แก่ เบาะออยล์ เทปเพลงคลาสสิก เบาะรองชนิดแข็ง และตุ๊กตาพลาสติก
- 2.3.4 เครื่องมือสำหรับการประเมินผลหรือเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย แบบสอบถามพื้นอารมณ์ของทารกในสถานสงเคราะห์เด็ก และแบบสังเกตการมีปฏิสัมพันธ์ของทารกในสถานสงเคราะห์เด็ก

#### **ขั้นตอนการสร้างเอกสารประกอบการใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ มีดังนี้**

**2.3.1 คู่มือการใช้โปรแกรมการนวดทารกเพื่อส่งเสริมพื้นอารมณ์และการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก ในสถานสงเคราะห์เด็ก** ซึ่งมีลักษณะสำคัญคือ เป็นเอกสารแนะนำการใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ เพื่อให้ผู้ใช้เข้าใจถึงรูปแบบและวิธีการใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ สาระสำคัญของคู่มือการใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ มีดังนี้

- ตอนที่ 1 ข้อมูลพื้นฐานก่อนเริ่มใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ ประกอบด้วย
  - พัฒนาการวัยทารก วิธีส่งเสริมพัฒนาการของเด็กทารก พื้นอารมณ์ ประโยชน์ของการนวดทารก และวิธีการนวดทารก
- ตอนที่ 2 โปรแกรมการนวดทารกเพื่อส่งเสริมพื้นอารมณ์และการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก ในสถานสงเคราะห์เด็ก

#### **ขั้นตอนการสร้างคู่มือการใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ มีดังนี้**

1. ประมวลสาระสำคัญของโปรแกรมการนวดทารก ฯ เพื่อนำมาร่างและจัดทำเป็นเอกสารคู่มือการใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ
2. นำคู่มือการใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ ไปให้ผู้เชี่ยวชาญ ตรวจสอบความตรงเชิงโครงสร้างของเนื้อหาและการใช้ภาษา

3. นำคู่มือการใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ มาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะที่ได้รับมา เพื่อให้คู่มือการใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ มีความเหมาะสมในการนำไปใช้

**2.3.2 เอกสารประกอบการอบรม** มีลักษณะสำคัญ คือ เป็นเอกสารอธิบายถึงเนื้อหาต่าง ๆ ที่ใช้ในการฝึกอบรมผู้ดูแลเด็ก ในเรื่องต่อไปนี้

1. เด็กทารก มีเนื้อหาเกี่ยวกับพัฒนาการเด็กทารก การส่งเสริมพัฒนาการเด็กทารก
2. พันธุกรรมทารก มีเนื้อหาเกี่ยวกับ องค์ประกอบพันธุกรรม 9 ด้าน และการจำแนกเด็กตามพันธุกรรม
3. การปฏิสัมพันธ์ มีเนื้อหาเกี่ยวกับ ความหมายของการปฏิสัมพันธ์ ทักษะพื้นฐานในการสร้างปฏิสัมพันธ์ และประโยชน์ของการปฏิสัมพันธ์
4. การนวดทารก มีเนื้อหาเกี่ยวกับ ประโยชน์ของการนวดทารก การเตรียมตัวก่อนการนวดทารก และวิธีการนวดทารก

ขั้นตอนการสร้างเอกสารประกอบการอบรมมีดังนี้

1. กำหนดวัตถุประสงค์ของการฝึกอบรม
  - 1.1 เพื่อพัฒนาความรู้ ความเข้าใจและทักษะในการอบรมเลี้ยงดูเด็ก
  - 1.2 เพื่อพัฒนาความรู้ ความเข้าใจและทักษะในการนวดทารกให้มีความผ่อนคลายและมีอารมณ์ที่ดี
2. กำหนดกรอบเนื้อหาของเอกสารดังที่กำหนดไว้ในแต่ละเรื่องตามกรอบแนวคิดในโปรแกรมการนวดทารกเพื่อส่งเสริมพันธุกรรมและการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก ในสถานสงเคราะห์
3. สร้างเอกสารประกอบการฝึกอบรม แล้วนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความถูกต้องและความครอบคลุมของเนื้อหาและรูปแบบ เพื่อหาคุณภาพของเอกสาร
4. นำเอกสารและสื่อประกอบการใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ บางส่วนไปทดลองใช้กับเด็กและผู้ดูแลเด็กที่มีคุณสมบัติใกล้เคียงกับตัวอย่างประชากรเพื่อศึกษาความเป็นไปได้และความเหมาะสมในการปฏิบัติ จากนั้นปรับปรุงแก้ไขให้เหมาะสม

**2.3.3 สื่อ – อุปกรณ์ สำหรับการนวดทารก** มีลักษณะสำคัญคือ เป็นสื่อและอุปกรณ์ที่ใช้ประกอบการฝึกอบรม และใช้ในการปฏิบัติการนวดจริงกับทารก

1. สื่อ – อุปกรณ์ ที่ใช้ประกอบการฝึกอบรม ได้แก่ ตุ๊กตาพลาสติก งอแขนงอขาได้
2. สื่อ – อุปกรณ์ ที่ใช้ในการปฏิบัติการนวดจริงกับทารก ได้แก่ เบบ็อดยล์ เทปเพลงคลาสสิก เบาะรองชนิดแข็ง

**2.3.4 เครื่องมือสำหรับการประเมินผลหรือเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล** มีลักษณะสำคัญคือ เป็นเครื่องมือที่ใช้เก็บรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับพื้นอารมณ์ของทารกและการมี ปฏิสัมพันธ์ของทารก โดยมีรายละเอียด ดังนี้

#### 1) แบบสอบถามพื้นอารมณ์ของทารกในสถานสงเคราะห์เด็ก

เป็นแบบสอบถามที่ใช้สอบถามผู้ดูแลเด็กเกี่ยวกับพื้นอารมณ์ของทารกซึ่งผู้วิจัยได้พัฒนาเครื่องมือมาจากแบบสอบถามมารดาเกี่ยวกับพื้นอารมณ์ของทารกวัย 4-8 เดือน ซึ่ง Carey (1970) ได้สร้างขึ้น โดยผู้วิจัยมีขั้นตอนในการพัฒนาเครื่องมือดังนี้

1.1) ศึกษา แปลและเรียบเรียงแบบสอบถามพื้นอารมณ์ของทารก ที่ Carey และคณะได้สร้างขึ้น ซึ่งมีทั้งหมด 70 ข้อ ใน 12 สถานการณ์ คือ การนอนหลับ การกิน การขับถ่าย การเปลี่ยนผ้าอ้อมและการแต่งตัว การอาบน้ำ การตัดเล็บ หวีผม ล้างหน้า สระผมและกินยา การไปพบแพทย์ การเจ็บป่วย การมีปฏิกิริยาโต้ตอบกับเสียง แสงและการสัมผัส การโต้ตอบกับบุคคลอื่น การพบสถานที่ใหม่และสถานการณ์ใหม่ การเล่น

1.2) นำแบบสอบถามพื้นอารมณ์ของทารกมาปรับให้เข้าใจง่ายและสะดวกในการตอบ เนื่องจากว่าแบบสอบถามของ Carey นั้นมีเฉพาะตัวเลือกเท่านั้นผู้วิจัยจึงปรับแบบสอบถามแต่ละข้อให้มีข้อความเพื่อง่ายและสะดวกในการตอบ

1.3) หากคุณภาพของเครื่องมือ โดยนำแบบสอบถามไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ ด้านกุมารแพทย์ที่เชี่ยวชาญด้านพัฒนาการเด็กและนักจิตวิทยาเด็กตรวจสอบความตรงของเนื้อหา ความถูกต้องเหมาะสมของสำนวนภาษาและความชัดเจนของแบบสอบถาม แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขตามความคิดเห็นและข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ จากนั้นนำแบบสอบถามไปทดลองใช้ (try out) กับผู้ดูแลเด็กที่มีลักษณะเดียวกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 5 คน เพื่อดูความเข้าใจเรื่อง ภาษาและความครอบคลุมของเนื้อหา

1.4) นำข้อมูลที่ได้จากการทดลองใช้ (try out) มาปรับปรุงแก้ไขแบบสอบถามในด้านความเหมาะสมของภาษาโดยคัดเลือกแบบสอบถามเฉพาะข้อที่อยู่ในองค์ประกอบพื้นอารมณ์ที่มีผลในการแยกแยะพื้นอารมณ์ว่าเป็นเด็กเลี้ยงง่ายหรือเด็กเลี้ยงยากตามที่ Thomas & Chess (1977) ได้ศึกษาไว้ว่าเกณฑ์ในการจำแนกเด็กออกเป็นเด็กเลี้ยงง่ายหรือเด็กเลี้ยงยากนั้นต้องอาศัยองค์ประกอบพื้นอารมณ์ 6 ด้าน ได้แก่ ระดับการเคลื่อนไหว ความสม่ำเสมอในการทำหน้าที่ของร่างกาย ความสามารถในการปรับตัว การเข้าใกล้หรือถอยหนีต่อสิ่งเร้า ความรุนแรงของการตอบสนองและลักษณะทางอารมณ์ จึงเหลือแบบสอบถามที่ใช้ได้จริงจำนวนทั้งหมด 50 ข้อ ภาษา โดยที่มีลักษณะสำคัญ ดังนี้

#### ลักษณะของแบบสอบถามพื้นอารมณ์ของทารกในสถานสงเคราะห์เด็ก

เป็นแบบมาตราส่วนประเมินค่า (rating scale) 3 ตัวเลือก ประกอบด้วยข้อคำถามที่ถามถึงลักษณะพฤติกรรมและการแสดงออกของทารก จำนวน 50 ข้อ ใน 12 สถานการณ์ ดังนี้

การนอนหลับ	จำนวน 5 ข้อ
การกิน	จำนวน 14 ข้อ
การขับถ่าย	จำนวน 5 ข้อ
การเปลี่ยนผ้าอ้อมและการแต่งตัว	จำนวน 3 ข้อ
การอาบน้ำ	จำนวน 4 ข้อ
การตัดเล็บ หวีผม ล้างหน้า สระผมและการกินยา	จำนวน 3 ข้อ
การไปพบแพทย์	จำนวน 2 ข้อ
การเจ็บป่วย	จำนวน 1 ข้อ
การมีปฏิกริยาโต้ตอบกับเสียง แสงไฟและการสัมผัส	จำนวน 2 ข้อ
การโต้ตอบกับบุคคลอื่น	จำนวน 4 ข้อ
การพบสถานที่ใหม่และสถานการณ์ใหม่	จำนวน 2 ข้อ
การเล่น	จำนวน 5 ข้อ



การแบ่งข้อคำถามตามองค์ประกอบของพื้นอารมณ์ในแบบสอบถามพื้นอารมณ์ของ  
ทารกในสถานสงเคราะห์เด็ก

1. ระดับการเคลื่อนไหว	ข้อ	4	11	10	25	30	48
2. ความสม่ำเสมอในการทำหน้าที่ของร่างกาย	ข้อ	1	2	6	7	27	
3. การเข้าใกล้หรือถอยหนีต่อสิ่งเร้า	ข้อ	15	32	40*	44*	46	
4. ความสามารถในการปรับตัว	ข้อ	5	8	18	19	26*	31 33 35*
							39 45 47
5. ความรุนแรงของการตอบสนอง	ข้อ	12	14	17	20*	24	27 29
							36 38 41 43 50
6. ลักษณะทางอารมณ์	ข้อ	3	9	13	16	20*	22 23 26*
							28 34 35* 37 40* 42 44*
							49

หมายเหตุ : \* มีคะแนนใน 2 องค์ประกอบ เกณฑ์การให้คะแนนมีรายละเอียดดังตารางที่ 3

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 3 เกณฑ์การวิเคราะห์คะแนนเพื่อนร่วมงานของทารก

ระดับการเคลื่อนไหว			ความสม่ำเสมอในการทำหน้าที่ของร่างกาย			ความสามารถในการปรับตัว			การเข้าใกล้หรือถอยห่างต่อสิ่งเร้า			ความรุนแรงของการตอบสนอง			ลักษณะทางอารมณ์				
ข้อ	ระดับคะแนน		ข้อ	ระดับคะแนน		ข้อ	ระดับคะแนน		ข้อ	ระดับคะแนน		ข้อ	ระดับคะแนน		ข้อ	ระดับคะแนน			
	ก	ข		ก	ข		ก	ข		ก	ข		ก	ข		ก	ข	ก	ข
4	1	2	3	1	2	3	1	2	3	15	1	2	3	1	2	3	1	2	3
10	1	2	3	2	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
11	1	2	3	6	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
25	1	2	3	7	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
30	1	2	3	21	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
48	1	2	3																
ข้อ 1				ข้อ 1						ข้อ 1									
ข้อ 2	(ผลรวมข้อ 1)			ข้อ 2	(ผลรวมข้อ 1)					ข้อ 2	(ผลรวมข้อ 1)								
ข้อ 3	(ข้อที่ 2 X 2)			ข้อ 3	(ข้อที่ 2 X 2)					ข้อ 3	(ข้อที่ 2 X 2)								

หมายเหตุ : \* มีคะแนนใน 2 ข้อประกอบ

### วิธีการให้คะแนน

#### 1. ให้ทำวงกลมล้อมรอบ

คะแนน ตามตัวเลขที่เลือกได้

เช่น ข้อ 4 เลือกข้อ ๑. ก็ให้

วงกลมตัวเลขที่อยู่ในช่อง ๑.

คือ เลข 2

#### 2. รวมคะแนนในข้อ ก. ๑. และ ค.

ของแต่ละข้อประกอบ ได้ในข้อที่ 1

#### 3. รวมคะแนนทั้งหมดในข้อที่ 1

ได้ในข้อที่ 2 แล้วนำคะแนน

ในข้อที่ 2 คูณด้วย 2 ได้ไว้

ในข้อที่ 3

#### 4. นำผลลัพธ์ในแต่ละข้อประกอบ

มาเปรียบเทียบกับคะแนนมาตรฐาน

ของพริยา ธรรมชาติสุขภาพ (2529)

ดังตารางที่ 4

คะแนนมาตรฐานของพื้่นอารมณ์ในเด็กไทย ซึ่งพริยา ธรรพรพิสุทธิกุล (2529) ได้ศึกษาไว้ มีดังนี้

ตารางที่ 4 แสดงคะแนนมาตรฐานของพื้่นอารมณ์ในเด็กไทย

คะแนน	ระดับการเคลื่อนไหว	ความสม่ำเสมอในการทำหน้าที่ของร่างกาย	ความสามารถในการปรับตัว	การเข้าใกล้หรือถอยหนีต่อสิ่งเร้า	ความรุนแรงของการตอบสนอง	ลักษณะทางอารมณ์
$\bar{x} + 1 \text{ S.D.}$	5.06	3.68	3.08	3.24	4.00	3.36
$\bar{x}$	4.50	2.86	2.42	2.53	3.41	2.72
$\bar{x} - 1 \text{ S.D.}$	3.94	2.04	1.76	1.76	2.82	2.08

คะแนนระดับการเคลื่อนไหวต่ำ หมายถึง ทารกมีการเคลื่อนไหวน้อย คะแนนสูง

หมายถึง ทารกมีการเคลื่อนไหวมาก

คะแนนความสม่ำเสมอในการทำหน้าที่ของร่างกายต่ำ หมายถึง การทำงานของ

ร่างกายสม่ำเสมอ คะแนนสูง หมายถึง การทำงานของร่างกายไม่สม่ำเสมอ

คะแนนความสามารถในการปรับตัวต่ำ หมายถึง ทารกปรับตัวได้ดี คะแนนสูง หมายถึง

ทารกปรับตัวไม่ดี

คะแนนการเข้าใกล้หรือถอยหนีต่อสิ่งเร้าต่ำ หมายถึง เข้าใกล้สิ่งเร้าหรือยอมรับสิ่งเร้า

คะแนนสูง หมายถึง ถอยหนีสิ่งเร้าหรือปฏิเสธสิ่งเร้า

คะแนนความรุนแรงของการตอบสนองต่ำ หมายถึง ตอบสนองต่อสิ่งเร้าไม่รุนแรง

คะแนนสูง หมายถึง ตอบสนองต่อสิ่งเร้ารุนแรง

คะแนนลักษณะทางอารมณ์ต่ำ หมายถึง อารมณ์ดี ร่าเริง สนุกสนาน คะแนนสูง

หมายถึง อารมณ์ไม่ดี ไม่ร่าเริง ไม่สนุกสนาน

เกณฑ์การจำแนกเด็กเลี้ยงยาก คือ ต้องมีคะแนนเฉลี่ยของพื้่นอารมณ์ในระดับสูงกว่าคะแนนเฉลี่ยของคะแนนมาตรฐานตั้งแต่ 4-5 ด้านขึ้นไป แต่จะต้องมีคะแนนเฉลี่ยในด้านความรุนแรงของการตอบสนอง และลักษณะทางอารมณ์ หรือคะแนนเฉลี่ยของพื้่นอารมณ์ด้านอื่น ๆ อีก 2 ด้าน ในระดับสูงกว่าคะแนน  $\bar{x} + 1 \text{ S.D.}$  จึงจะถือว่าเป็นเด็กเลี้ยงยาก

## 2) แบบสังเกตการมีปฏิสัมพันธ์ของทารกในสถานสงเคราะห์เด็ก

ผู้วิจัยได้พัฒนาเครื่องมือมาจากแบบสังเกต Teaching Scale (Nursing Child Assessment Satellite Training : NCAST) ซึ่งเป็นแบบสังเกตที่ Kathryn E. Bernard (1978) ได้พัฒนาขึ้น เพื่อใช้ในการสังเกตพฤติกรรมการโต้ตอบระหว่างมารดาและทารก ในขณะที่มารดากำลังสอนทารก ถือเป็นแบบสังเกตที่สำคัญในการประเมินพฤติกรรมการโต้ตอบระหว่างมารดาและทารกที่มีการใช้กันอย่างแพร่หลายในงานวิจัย ผู้วิจัยมีขั้นตอนการพัฒนาเครื่องมือดังนี้

2.1) ศึกษา แปล และเรียบเรียงแบบสอบถาม Teaching Scale ซึ่งมีจำนวนหัวข้อทั้งหมด 6 หัวข้อ ดังนี้

- |  |              |
|--|--------------|
| 1.) ความไวต่อการรับรู้สัญญาณของทารก            | จำนวน 11 ข้อ |
| 2.) การตอบสนองต่ออาการเครียดของทารก            | จำนวน 11 ข้อ |
| 3.) การสร้างเสริมการเจริญเติบโตทางอารมณ์       |              |
| สังคมแก่ทารก                                   | จำนวน 11 ข้อ |
| 4.) การสร้างเสริมการเจริญเติบโตทางสติปัญญา     | จำนวน 17 ข้อ |
| 5.) การแสดงสัญญาณที่ชัดเจนของทารก              | จำนวน 10 ข้อ |
| 6.) การแสดงพฤติกรรมโต้ตอบของทารกกับผู้ดูแลเด็ก | จำนวน 13 ข้อ |

2.2 เลือกแบบวัดเฉพาะหัวข้อที่สามารถวัดการเกิดปฏิสัมพันธ์ได้ง่ายในเด็กทารก คือ หัวข้อ การแสดงสัญญาณที่ชัดเจนของทารก และการแสดงพฤติกรรมโต้ตอบของทารกกับผู้ดูแลเด็ก

2.3 หากคุณภาพของเครื่องมือ โดยให้ผู้ทรงคุณวุฒิด้านจิตเวชเด็กและการพยาบาลตรวจสอบความตรงของเนื้อหา ความถูกต้องเหมาะสมและความชัดเจนของสำนวนภาษาจากแบบสังเกตที่แปลเป็นภาษาไทย แล้วนำมาปรับปรุง แก้ไขตามความคิดเห็นและข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิจากนั้นนำแบบสังเกตไปทดลองใช้และหาความตรงโดยการเปรียบเทียบคะแนนที่ได้จากแบบสังเกตกับพฤติกรรมที่ปรากฏจริง

การหาความเที่ยงของแบบสังเกตในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำแบบสังเกตที่ผ่านการตรวจสอบจากผู้ทรงคุณวุฒิและปรับปรุงแก้ไขแบบสังเกตจากจำนวน 73 ข้อ โดยตัดข้อที่ไม่สอดคล้องกับสิ่งที่ต้องการวัด เหลือแบบสังเกตการมีปฏิสัมพันธ์ จำนวน 23 ข้อ ไปทดลองใช้ (try out) กับเด็กทารก จำนวน 5 คน ณ สถานสงเคราะห์เด็กของสภากาชาดไทยที่มีลักษณะใกล้เคียงกับตัวอย่างประชากรและนำข้อมูลที่ได้ไปวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่นของ

แบบสังเกตโดยใช้สูตรของ William A. Scott (พวงรัตน์ ทวีรัตน์, 2538) ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสังเกตการมีปฏิสัมพันธ์ของทารกเท่ากับ 0.95

การคิดค่าความเชื่อมั่นโดยใช้สูตรของ William A. Scott

$$\text{สูตร} \quad \pi = \frac{P_o - P_e}{1.00 - P_e}$$

$$P_o = 1.00 - 0.024$$

$$= 0.9760$$

$$P_e = (0.6747)^2 + (0.3253)^2$$

$$= 0.5610$$

เพราะฉะนั้น

$$\pi = \frac{P_o - P_e}{1.00 - P_e}$$

$$= \frac{0.9760 - 0.5610}{1.00 - 0.5610}$$

$$= \frac{0.4150}{0.4390}$$

$$= 0.9453$$

ข้อสังเกต ค่า  $\pi$  จะสูงสุดไม่เกิน 1.00

2.4) นำแบบสังเกตการมีปฏิสัมพันธ์มาปรับปรุงแก้ไขให้ได้แบบสังเกตที่มีลักษณะสำคัญ ดังนี้

### ลักษณะของแบบสังเกตการมีปฏิสัมพันธ์ของทารกในสถานสงเคราะห์เด็ก

เป็นแบบสังเกตชนิดมาตราส่วนประมาณค่า (rating scale) 2 ตัวเล็ก ประกอบไปด้วยข้อสังเกตพฤติกรรมในการโต้ตอบของทารก จำนวน 23 ข้อ แบ่งเป็น 2 ด้าน ดังนี้

ด้านที่ 1 การแสดงพฤติกรรมโต้ตอบของทารกต่อการทำกิจกรรม มีจำนวน 10 ข้อ

ด้านที่ 2 การแสดงพฤติกรรมโต้ตอบของทารกกับผู้ดูแลเด็ก มีจำนวน 13 ข้อ

### เกณฑ์การให้คะแนน

กำหนดเกณฑ์การให้คะแนนแบบสังเกตการมีปฏิสัมพันธ์ของทารกในสถานสงเคราะห์เด็กซึ่งมีเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

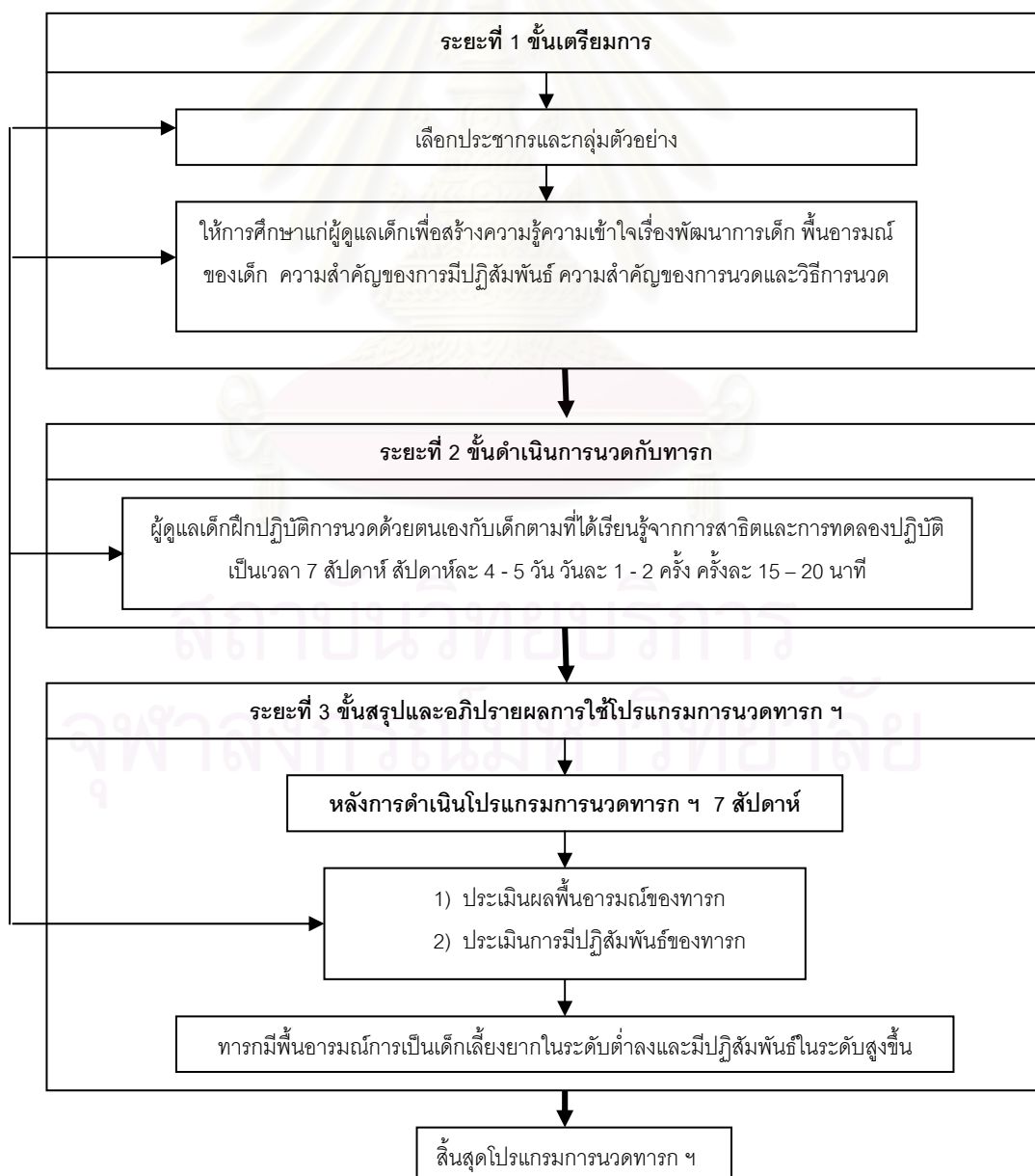
ให้ 0 คะแนนสำหรับพฤติกรรมที่ไม่แสดงออก

ให้ 1 คะแนนสำหรับพฤติกรรมที่แสดงออก

### ขั้นที่ 3 การทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารกเพื่อส่งเสริมพัฒนาการและการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก ในสถานสงเคราะห์เด็ก

การดำเนินการทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารก ๔ แบ่งออกเป็น 3 ระยะ คือ ระยะที่ 1 ขั้นเตรียมการ ระยะที่ 2 ขั้นดำเนินการนวดกับทารก ระยะที่ 3 ขั้นสรุปและอภิปรายผลการใช้โปรแกรมการนวดทารก ๔ ดังรายละเอียดในแผนภูมิที่ 2 ดังนี้

แผนภูมิที่ 2 ลำดับขั้นตอนวิธีดำเนินการใช้โปรแกรมการนวดทารกเพื่อส่งเสริมพัฒนาการและการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก ในสถานสงเคราะห์เด็ก



### 3.1 ระยะที่ 1 ชั้นเตรียมการ

3.1.1 กำหนดประชากรและตัวอย่างประชากร ผู้วิจัยดำเนินการคัดเลือกประชากรและตัวอย่างประชากรดังนี้

1. ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นเด็กทารกอายุ 4-10 เดือน จำนวน 168 คน และผู้ดูแลเด็ก จำนวน 23 คน จากสถานสงเคราะห์เด็กอ่อน พญาไท สังกัดกรมประชาสงเคราะห์ กระทรวงแรงงานและสวัสดิการสังคม ซึ่งสถานสงเคราะห์เด็กอ่อน พญาไท มีลักษณะสำคัญดังนี้

1.) เป็นสถานที่รับเลี้ยงเด็กกำพร้าตั้งแต่แรกเกิดจนถึง 5 ขวบ สังกัดกรมประชาสงเคราะห์ กระทรวงแรงงานและสวัสดิการสังคมที่มีขนาดใหญ่ คือ มีจำนวนเด็กอายุ 0-5 ปี จำนวน 400 คน (ในปี พ.ศ. 2545)

2.) เป็นสถานรับเลี้ยงเด็กกำพร้า สังกัดกรมประชาสงเคราะห์ กระทรวงแรงงานและสวัสดิการสังคมเพียงแห่งเดียวในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล (ในปี พ.ศ.2545) ที่รับเลี้ยงเด็กอ่อนกำพร้าและเด็กอ่อนที่ถูกทอดทิ้งจากโรงพยาบาล ที่มีอายุตั้งแต่แรกเกิดถึง 5 ปี

2. ตัวอย่างประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นเด็กทารก อายุ 4-10 เดือน ที่รับการเลี้ยงดูจากสถานสงเคราะห์เด็กอ่อน พญาไท สังกัดกรมประชาสงเคราะห์ กระทรวงแรงงานและสวัสดิการสังคม ในเดือนกุมภาพันธ์ปี พ.ศ. 2545 จำนวน 40 คนและผู้ดูแลเด็กในสถานสงเคราะห์เด็กอ่อนพญาไท จำนวน 20 คน

การคัดเลือกตัวอย่างประชากรที่เป็นเด็กทารกมีวิธีการดังต่อไปนี้

1.) ใช้แบบสอบถามพื้นอารมณ์ของทารก (Carey Questionnaire) สอบถามผู้ดูแลเด็กเกี่ยวกับพื้นอารมณ์ของทารกเพื่อคัดเลือกเด็กทารกที่มีระดับพื้นอารมณ์เป็นเด็กเลี้ยงยาก และทำการสังเกตการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก ได้จำนวนทารกทั้งหมด 40 คน

2.) จับคู่ทารกที่มีอายุใกล้เคียงกัน แล้วทำการจับฉลากในแต่ละคู่เพื่อแบ่งเด็กเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง จำนวน 20 คน และกลุ่มควบคุม จำนวน 20 คน มีรายละเอียดดังตารางที่ 5 ดังนี้

ตารางที่ 5 จำนวนตัวอย่างประชากร กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม จำแนกตามอายุ

อายุ	จำนวนตัวอย่างประชากร		รวม
	กลุ่มทดลอง	กลุ่มควบคุม	
4 เดือน	3	2	5
5 เดือน	2	2	4
6 เดือน	4	4	8
7 เดือน	3	2	5
8 เดือน	3	4	7
9 เดือน	5	5	10
10 เดือน	-	1	1
รวม	20	20	40

จากการเปรียบเทียบค่ามัธยฐานเลขคณิตของคะแนนพื้นอารมณ์และคะแนนการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลองได้ผลดังตารางที่ 6 ตารางที่ 6 ผลการเปรียบเทียบค่ามัธยฐานเลขคณิตของคะแนนพื้นอารมณ์และคะแนนการมีปฏิสัมพันธ์ก่อนการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

กลุ่มตัวอย่าง	คะแนนพื้นอารมณ์			คะแนนการมีปฏิสัมพันธ์		
	$\bar{x}$	S.D.	t*	$\bar{x}$	S.D.	t*
กลุ่มทดลอง	216.40	19.26		11.70	2.7	
กลุ่มควบคุม	211.8	18.37	0.78*	11	2.7	0.80*

\* $P < .01$  ( $t_{19} = 2.86$ )

จากตารางที่ 6 พบว่าค่ามัธยฐานเลขคณิตของคะแนนพื้นอารมณ์และคะแนนการมีปฏิสัมพันธ์ก่อนการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 แสดงว่าเด็กกลุ่มทดลองและเด็กกลุ่มควบคุมมีพื้นอารมณ์และการมีปฏิสัมพันธ์ไม่แตกต่างกัน



การเลือกตัวอย่างประชากรที่เป็นผู้ดูแลเด็ก เป็นการเลือกแบบสมัครใจ เฉพาะผู้ที่ปฏิบัติหน้าที่อบรมเลี้ยงดูเด็กทารกกลุ่มอายุ 4-10 เดือน ในปี 2545 จำนวน 20 คน

3.1.2 จัดฝึกอบรมผู้ดูแลเด็กเพื่อให้มีความรู้ความเข้าใจเรื่องพัฒนาการเด็กและการส่งเสริมพัฒนาการเด็ก พื้นอารมณ์ของเด็ก ความหมายของการมีปฏิสัมพันธ์ ประโยชน์ของการนวดและวิธีการนวด โดยให้ความรู้ความเข้าใจแก่ผู้ดูแลเด็กจำนวน 2 กลุ่ม กลุ่มละ 3 วัน ตั้งแต่ช่วงเวลา 10.00-12.00 น. ผู้วิจัยดำเนินการจัดฝึกอบรมโดยแบ่งเนื้อหาการอบรมในแต่ละวันดังนี้

วันที่ 1 ให้ความรู้และความเข้าใจในเรื่องของพัฒนาการเด็ก พื้นอารมณ์เด็ก และการมีปฏิสัมพันธ์

วันที่ 2 ให้ความรู้และความเข้าใจเรื่องการนวดทารก สาธิตและฝึกปฏิบัติวิธีการนวดทารก

วันที่ 3 สาธิต ฝึกปฏิบัติและทบทวนวิธีการนวดทารก

รายละเอียดการดำเนินโปรแกรมการนวดทารก ฯ ในขั้นการจัดฝึกอบรม ให้ความรู้ความเข้าใจและฝึกปฏิบัติการนวดทารกแก่ผู้ดูแลเด็ก ดังตารางที่ 7

ตารางที่ 7 รายละเอียดการดำเนินโปรแกรมการนวดทารก ฯ ในขั้นการจัดฝึกอบรมให้ความรู้ความเข้าใจและฝึกปฏิบัติการนวดทารกแก่ผู้ดูแลเด็ก

วันที่	เวลา	เนื้อหาที่ฝึกอบรม	กิจกรรม	สื่อ
1	10.00-12.00 น.	* พัฒนาการเด็กวัย 0-1 ปี - พัฒนาการด้านร่างกาย - พัฒนาการด้านสติปัญญา - พัฒนาการทางด้านอารมณ์ - พัฒนาการทางด้านสังคม * การส่งเสริมพัฒนาการเด็ก 0-1 ปี * พื้นอารมณ์ของเด็ก - องค์ประกอบพื้นอารมณ์ - การจำแนกเด็กตามพื้นอารมณ์ * การมีปฏิสัมพันธ์ - ความหมายของการปฏิสัมพันธ์ - ทักษะการสร้างปฏิสัมพันธ์กับเด็ก	-บรรยาย -สนทนา -ซักถาม	-รูปภาพ -เครื่องฉายแผ่นใส -เอกสารเด็กทารก -เอกสารพื้นอารมณ์ของทารก -เอกสารการปฏิสัมพันธ์

ตารางที่ 7 รายละเอียดการดำเนินโปรแกรมการนวดทารก ฯ ในขั้นการจัดฝึกลบธรรมเนียมให้ความรู้ความเข้าใจและฝึกปฏิบัติการนวดทารกแก่ผู้ดูแลเด็ก (ต่อ)

วันที่	เวลา	เนื้อหาที่ฝึกลบธรรมเนียม	กิจกรรม	สื่อ
2	10.00-12.00 น.	<p>* ความเป็นมาของการนวด</p> <p>* ประโยชน์ของการนวดทารก</p> <p>* การเตรียมตัวก่อนการนวด</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- การเตรียมตัวผู้ดูแลเด็ก</li> <li>- การเตรียมสถานที่และอุปกรณ์</li> <li>- การเตรียมตัวเด็กทารก</li> </ul> <p>* วิธีการนวดทารก</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. วิธีการนวดขา</li> <li>2. วิธีการนวดเท้า</li> <li>3. วิธีการนวดท้อง</li> <li>4. วิธีการนวดหน้าอก</li> <li>5. วิธีการนวดแขน</li> <li>6. วิธีการนวดมือ</li> <li>7. วิธีการนวดหลัง-ไหล่</li> <li>8. วิธีการนวดหน้า</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- บรรยาย</li> <li>- สนทนา</li> <li>- ซักถาม</li> <li>- สาธิต</li> <li>- ฝึกปฏิบัติ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- เครื่องฉายแผ่นใส</li> <li>- ตุ๊กตาพลาสติกสำหรับฝึกนวด</li> <li>- เอกสารการนวดทารก</li> </ul>
3	10.00-12.00 น.	<p>ทบทวนวิธีการนวด</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. วิธีการนวดขา-เข่า</li> <li>2. วิธีการนวดเท้า</li> <li>3. วิธีการนวดท้อง</li> <li>4. วิธีการนวดหน้าอก</li> <li>5. วิธีการนวดแขน</li> <li>6. วิธีการนวดมือ</li> <li>7. วิธีการนวดหลัง-ไหล่</li> <li>8. วิธีการนวดหน้า</li> </ol>	ฝึกปฏิบัติ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ตุ๊กตาพลาสติกสำหรับฝึกนวด</li> </ul>

### 3.2 ระยะเวลาที่ 2 ขั้นตอนดำเนินการนวดกับทารก

ผู้ดูแลเด็กดำเนินการปฏิบัติการนวดกับทารกกลุ่มทดลองเป็นเวลา 7 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 4 - 5 วัน วันละ 1-2 ครั้ง ครั้งละ 15 -20 นาที โดยดำเนินการดังนี้

- 3.2.1) การเตรียมตัวก่อนการนวด คือ เตรียมตัวผู้ดูแลเด็ก เตรียมตัวเด็ก เตรียมสถานที่และอุปกรณ์
- 3.2.2) การนวด เริ่มจากการนวดหน้า นวดหน้าอก นวดท้อง นวดแขน นวดมือ นวดขาและนวดเท้า (ดูรายละเอียดในคู่มือการใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ)
- 3.3.3) การส่งเสริมพัฒนาการด้านต่าง ๆ ในระหว่างการนวด คือ ส่งเสริมพัฒนาการด้านร่างกาย อารมณ์ สังคมและสติปัญญา (ดูรายละเอียดในคู่มือการใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ)

### 3.3 ระยะเวลาที่ 3 ขั้นสรุปและอภิปรายผลการใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ

หลังการนวดทารก 7 สัปดาห์ ผู้วิจัยติดตามผลการใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ โดยใช้แบบสอบถามพื้นอารมณ์ของทารกในสถานสงเคราะห์เด็กกับผู้ดูแลเด็กจำนวน 20 คน และใช้แบบสังเกตการมีปฏิสัมพันธ์ของทารกในสถานสงเคราะห์เด็ก โดยผู้วิจัยได้สังเกตทารกกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม เป็นรายบุคคล ขณะเล่นในช่วงเวลาต่าง ๆ ทุกวันเป็นเวลา 2 สัปดาห์ ต่อจากนั้นนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

3.3.1) นำคะแนนที่ได้จากการสอบถามพื้นอารมณ์ของทารกกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการทดลอง มาคำนวณหาค่ามัชฌิมเลขคณิต ( $\bar{X}$ ) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)

3.3.2) เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่ามัชฌิมเลขคณิตของคะแนนพื้นอารมณ์ของทารกกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการทดลอง โดยใช้การทดสอบค่าที (t - test)

3.3.3) เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่ามัชฌิมเลขคณิตของคะแนนการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการทดลอง โดยใช้การทดสอบค่าที (t - test)

## สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้นำข้อมูลที่ได้มาทำการวิเคราะห์ทางสถิติดังนี้

### 1) ค่าเฉลี่ยหรือมัชฌิมเลขคณิต (Mean)

$$\text{สูตร} \quad \bar{X} = \frac{\sum x}{N}$$

$$\text{เมื่อ} \quad \bar{X} = \text{ค่าเฉลี่ยหรือมัชฌิมเลขคณิต}$$

$$\sum x = \text{ผลรวมของคะแนนทั้งหมด}$$

(ประคอง กรรณสูต,2538)

### 2) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Diviation)

$$\text{สูตร} \quad \text{S.D.} = \sqrt{\frac{\sum (X - \bar{X})^2}{N - 1}}$$

$$\text{เมื่อ} \quad \text{S.D.} = \text{ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน}$$

$$x = \text{คะแนน}$$

$$\bar{X} = \text{ค่าเฉลี่ยของคะแนน } N \text{ จำนวน}$$

$$N = \text{จำนวนคะแนนทั้งหมด}$$

(ประคอง กรรณสูต,2538)

3) เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนพื้นอารมณ์และการมีปฏิสัมพันธ์ของเด็กกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการทดลองโดยใช้สูตร

$$\text{สูตร} \quad t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\left[ \frac{(n_1 - 1)S_1^2 + (n_2 - 1)S_2^2}{(n_1 + n_2) - 2} \right] \left[ \frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2} \right]}}$$

$$\text{เมื่อ} \quad S^2 = \frac{n \sum x^2 - (\sum x)^2}{n(n-1)}$$

เมื่อ  $\bar{X}_1$  = คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มทดลอง

$\bar{X}_2$  = คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มควบคุม

$n_1$  = จำนวนตัวอย่างประชากรของกลุ่มทดลอง

$n_2$  = จำนวนตัวอย่างประชากรของกลุ่มควบคุม

$\sum x^2$  = ผลรวมของกำลังสองของคะแนน

$(\sum x)^2$  = ผลรวมของคะแนนยกกำลังสอง

(ประคอง กรรณสูตร, 2538)

4) เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนพื้นอารมณ์และคะแนนการมีปฏิสัมพันธ์ของทารกกลุ่มทดลอง ระหว่างก่อนและหลังการทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ

$$\text{สูตร} \quad t = \frac{\sum D}{\sqrt{\frac{n \sum D^2 - (\sum D)^2}{n-1}}}$$

เมื่อ  $D$  = ผลต่างระหว่างคะแนนที่สัมพันธ์กันในแต่ละคู่

$\sum D$  = ผลรวมของผลต่างของคะแนน

$\sum D^2$  = ผลรวมกำลังสองของคะแนน

$(\sum D)^2$  = ผลรวมของคะแนนทั้งหมดยกกำลังสอง

$n$  = จำนวนคู่เด็ก

$df = n - 1$

(ประคอง กรรณสูตร, 2538)

5) การคำนวณหาค่าความเชื่อมั่นของแบบสังเกตการมีปฏิสัมพันธ์ โดยใช้สูตรของ William A. Scott ดังนี้

$$\text{สูตร} \quad \pi = \frac{P_0 - P_e}{1 - P_e}$$

เมื่อ  $\pi$  = ความเชื่อมั่นในการสังเกต

$P_0$  = อัตราส่วนของความน่าจะเป็นของการสังเกตพฤติกรรมได้ตรงกันของผู้สังเกต 2 คน ซึ่งได้จากผลต่างระหว่าง 1.00 กับค่าผลรวมของผลต่างระหว่างร้อยละของค่าสังเกตพฤติกรรมของผู้สังเกต 2 คน

$P_e$  = อัตราส่วนของความน่าจะเป็นของการสังเกตพฤติกรรมที่เกิดขึ้นโดยบังเอิญของผู้สังเกต 2 คน ซึ่งหาได้จากสัดส่วนของคะแนนพฤติกรรมที่มีจำนวนสูงสุดและรองลงมาโดยเลือกจากผู้สังเกตคนใดคนหนึ่ง นำค่าทั้ง 2 มายกกำลัง 2 แล้วนำมารวมกัน

ข้อสังเกต  $\pi$  จะสูงไม่เกิน 1.00

(พวงรัตน์ ทวีรัตน์, 2540)

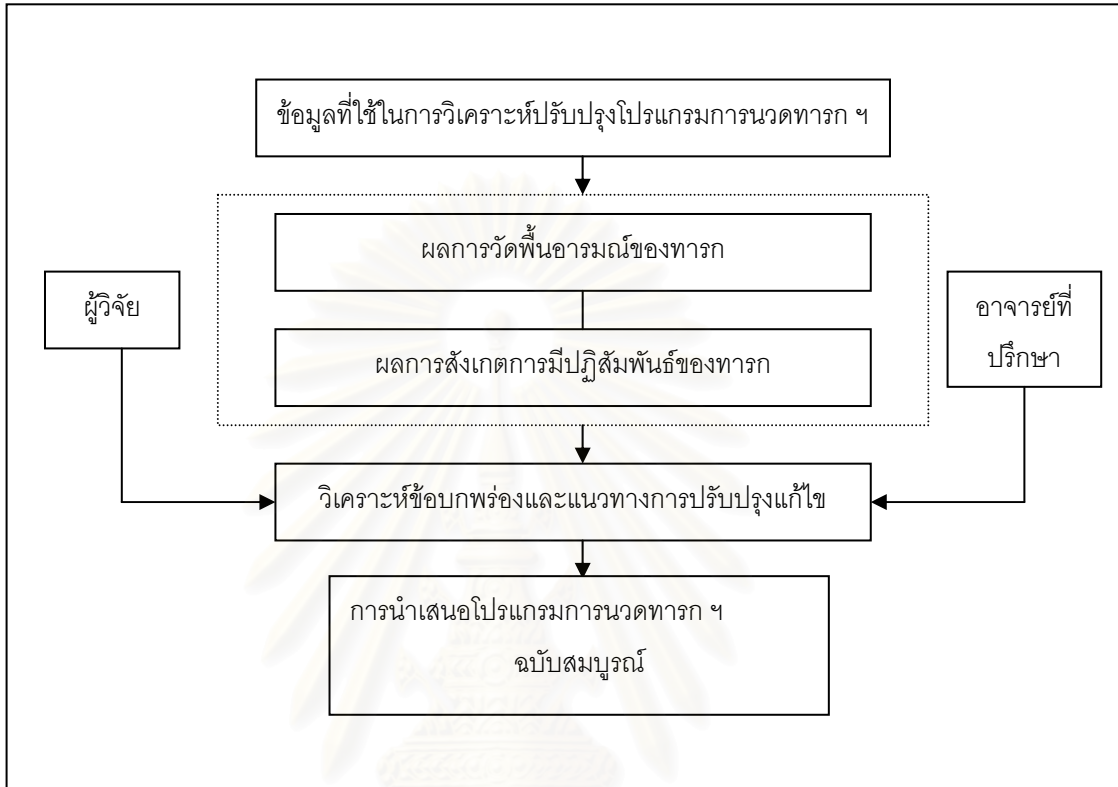
#### ขั้นที่ 4 การปรับปรุงโปรแกรมการนวดทารกเพื่อส่งเสริมพัฒนาการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก ในสถานสงเคราะห์เด็ก

นำผลการทดลองมาปรับปรุงโปรแกรมการนวดทารกเพื่อส่งเสริมพัฒนาการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก ในสถานสงเคราะห์เด็ก ในด้านวิธีดำเนินการนวดเพื่อให้มีความชัดเจนง่ายต่อการทำความเข้าใจและนำไปใช้ได้ตรงกับสภาพความเป็นจริงมากที่สุด จากนั้นนำเสนอโปรแกรมการนวดทารก ๗ มีรายละเอียดการปรับปรุง ดังแผนภูมิที่ 3

4.1 นำข้อมูลที่ได้จากการวิเคราะห์พัฒนาการมีปฏิสัมพันธ์ของทารกมาประเมินเพื่อปรับปรุงแก้ไขโปรแกรมการนวดทารก ๗

4.2 ปรับปรุงแก้ไขตามประเด็นที่วิเคราะห์และนำเสนอโปรแกรมการนวดทารกเพื่อส่งเสริมพัฒนาการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก ในสถานสงเคราะห์เด็ก ฉบับสมบูรณ์

แผนภูมิที่ 3 การพัฒนาโปรแกรมการนวดทารกเพื่อส่งเสริมพัฒนาการและการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก ในสถานสงเคราะห์เด็ก



## บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยเรื่อง การพัฒนาโปรแกรมการนวดทารกเพื่อส่งเสริมพัฒนาการและการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก ในสถานสงเคราะห์เด็ก ครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยแบ่งออกเป็น 2 ระยะ ดังนี้

1.) การเก็บรวบรวมข้อมูลก่อนดำเนินการใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ โดยวัดพัฒนาการและการมีปฏิสัมพันธ์ของทารกในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ด้วยแบบสอบถามพัฒนาการของทารกในสถานสงเคราะห์เด็กและแบบสังเกตการณ์ปฏิสัมพันธ์ของทารกในสถานสงเคราะห์เด็ก

2.) การเก็บรวบรวมข้อมูลหลังดำเนินการใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ โดยวัดพัฒนาการและการมีปฏิสัมพันธ์ของทารกในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ด้วยแบบสอบถามพัฒนาการของทารกในสถานสงเคราะห์เด็กและแบบสังเกตการณ์ปฏิสัมพันธ์ของทารกในสถานสงเคราะห์เด็ก

จากนั้นผู้วิจัยนำข้อมูลทั้งหมดที่ได้มาวิเคราะห์ สรุปผลเพื่อปรับปรุงและนำเสนอโปรแกรมการนวดทารก ฯ ฉบับสมบูรณ์ ผลการวิเคราะห์ค่าทางสถิติของคะแนนพัฒนาการและการมีปฏิสัมพันธ์ของทารกกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ผู้วิจัยได้นำเสนอผลการวิเคราะห์ในรูปแบบตารางประกอบบรรยายตามลำดับดังนี้คือ

1. ผลการเปรียบเทียบค่ามัธยฐานเลขคณิตของคะแนนพัฒนาการของทารกกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ จากแบบสอบถามพัฒนาการของทารกในสถานสงเคราะห์เด็ก

2. ผลการเปรียบเทียบค่ามัธยฐานเลขคณิตของคะแนนการมีปฏิสัมพันธ์ของทารกกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ จากแบบสังเกตการณ์ปฏิสัมพันธ์ของทารกในสถานสงเคราะห์เด็ก

3. ผลการเปรียบเทียบค่ามัธยฐานเลขคณิตของคะแนนพัฒนาการของทารกกลุ่มทดลองระหว่างก่อนการทดลองและหลังการทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ

4. ผลการเปรียบเทียบค่ามัธยฐานเลขคณิตของคะแนนการมีปฏิสัมพันธ์ของทารกกลุ่มทดลอง ระหว่างก่อนการทดลองและหลังการทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ



รายละเอียดของผลการวิเคราะห์ข้อมูลมีดังนี้

1.1 ผลการเปรียบเทียบค่ามัธยฐานเลขคณิตของคะแนนพื้oarมณัของทารกกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมหลังการทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ จากแบบสอบถามพื้oarมณัของทารกในสถานสงเคราะห์เด็ก รายละเอียดผลการวิเคราะห์ข้อมูลนำเสนอในตารางที่ 8 ดังนี้

ตารางที่ 8 ผลการเปรียบเทียบค่ามัธยฐานเลขคณิตของคะแนนพื้oarมณัของทารกกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ (post-test)

กลุ่มตัวอย่าง	คะแนนพื้oarมณัหลังการทดลอง		
	$\bar{x}$	S.D.	t
กลุ่มทดลอง	187.25	16.38	6.68*
กลุ่มควบคุม	219.00	12.66	

\* $P < .01$  ( $t_{19} = 2.86$ )

จากตารางที่ 8 พบว่าค่ามัธยฐานเลขคณิตของคะแนนพื้oarมณัของทารกกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ซึ่งสอดคล้องกับสมมุติฐานที่ตั้งไว้ โดยค่ามัธยฐานเลขคณิตของคะแนนพื้oarมณัหลังการทดลองของกลุ่มทดลองมีระดับต่ำกว่ากลุ่มควบคุม แสดงว่าหลังการทดลองทารกที่ได้รับการนวดโดยใช้โปรแกรมการนวดทารกเพื่อส่งเสริมพื้oarมณัและการมีปฏิสัมพันธ์ของทารกในสถานสงเคราะห์เด็ก มีคะแนนพื้oarมณัของการเป็นเด็กเลี้ยงยากในระดับต่ำกว่าทารกที่ได้รับการเลี้ยงดูตามปกติ

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

1.2 ผลการเปรียบเทียบค่ามัชฌิมเลขคณิตของคะแนนการมีปฏิสัมพันธ์ของทารกกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารก ๙ จากแบบสังเกตการมีปฏิสัมพันธ์ของทารกในสถานสงเคราะห์เด็ก รายละเอียดผลการวิเคราะห์ข้อมูลนำเสนอในตารางที่ 9 ดังนี้

ตารางที่ 9 ผลการเปรียบเทียบค่ามัชฌิมเลขคณิตของคะแนนการมีปฏิสัมพันธ์ของทารกกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม หลังการทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารก ๙ (*post-test*)

ตัวอย่างประชากร	คะแนนการมีปฏิสัมพันธ์หลังการทดลอง		
	$\bar{x}$	S.D.	<i>t</i>
กลุ่มทดลอง	16.85	3.07	3.36*
กลุ่มควบคุม	13.75	2.58	

\* $P < .01$  ( $t_{19} = 2.86$ )

จากตารางที่ 9 พบว่าค่ามัชฌิมเลขคณิตของคะแนนการมีปฏิสัมพันธ์ของทารกกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารก ๙ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ซึ่งสอดคล้องกับสมมุติฐานที่ตั้งไว้ โดยค่ามัชฌิมเลขคณิตของคะแนนการมีปฏิสัมพันธ์หลังการทดลองของกลุ่มทดลองสูงกว่าคะแนนของกลุ่มควบคุม แสดงว่าหลังการทดลองทารกที่ได้รับการนวดโดยใช้โปรแกรมการนวดทารกเพื่อส่งเสริมพัฒนาการและการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก ในสถานสงเคราะห์เด็กมีคะแนนการปฏิสัมพันธ์สูงกว่าทารกที่ได้รับการเลี้ยงดูตามปกติ

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

1.3 ผลการเปรียบเทียบค่ามัชฌิมเลขคณิตของคะแนนพื้นอารมณ์ของทารกกลุ่มทดลอง ระหว่างก่อนการทดลองและหลังการทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ รายละเอียดผลการวิเคราะห์ข้อมูลนำเสนอในตารางที่ 10 ดังนี้

ตารางที่ 10 ผลการเปรียบเทียบค่ามัชฌิมเลขคณิตของคะแนนพื้นอารมณ์ของทารกกลุ่มทดลอง ระหว่างก่อนการทดลองและหลังการทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ

ระยะเวลา	คะแนนพื้นอารมณ์ของกลุ่มทดลอง		
	$\bar{x}$	S.D.	t
ก่อนการทดลอง	216.40	19.26	7.50*
หลังการทดลอง	187.25	16.40	

\* $P < .01$  ( $t_{19} = 2.86$ )

จากตารางที่ 10 พบว่าค่ามัชฌิมเลขคณิตของคะแนนพื้นอารมณ์ก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 แสดงว่าทารกที่ได้รับการนวดโดยใช้โปรแกรมการนวดทารกเพื่อส่งเสริมพื้นอารมณ์และการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก ในสถานสงเคราะห์เด็ก หลังการทดลองมีพื้นอารมณ์การเป็นเด็กเลี้ยงยากในระดับต่ำกว่าก่อนการทดลอง

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

1.4 ผลการเปรียบเทียบค่ามัชฌิมเลขคณิตของคะแนนการมีปฏิสัมพันธ์ของทารกกลุ่มทดลอง ระหว่างก่อนการทดลองและหลังการทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ รายละเอียดผลการวิเคราะห์ข้อมูล นำเสนอในตารางที่ 11 ดังนี้

ตารางที่ 11 ผลการเปรียบเทียบค่ามัชฌิมเลขคณิตของคะแนนการมีปฏิสัมพันธ์ของทารกกลุ่มทดลองระหว่างก่อนการทดลองและหลังการทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ

ระยะเวลา	คะแนนการมีปฏิสัมพันธ์ของกลุ่มทดลอง		
	$\bar{x}$	S.D.	t
ก่อนการทดลอง	11.70	2.70	6.57*
หลังการทดลอง	16.85	3.07	

\* $P < .01$  ( $t_{19} = 2.86$ )

จากตารางที่ 11 พบว่าค่ามัชฌิมเลขคณิตของคะแนนการมีปฏิสัมพันธ์ของทารกกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 แสดงว่าทารกที่ได้รับการนวดโดยใช้โปรแกรมการนวดทารกเพื่อส่งเสริมพื้นอารมณ์และการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก ในสถานสงเคราะห์เด็ก หลังการทดลองมีปฏิสัมพันธ์สูงกว่าก่อนการทดลอง

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## บทที่ 5

### สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัย เรื่องการพัฒนาโปรแกรมการนวดทารกเพื่อส่งเสริมพัฒนาการและการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก ในสถานสงเคราะห์เด็ก มีลำดับขั้นตอนการวิจัยและผลโดยสรุปดังนี้

#### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อพัฒนาโปรแกรมการนวดทารกเพื่อส่งเสริมพัฒนาการและการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก ในสถานสงเคราะห์เด็ก

#### สมมติฐานการวิจัย

1. หลังการทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ คะแนนพัฒนาการเป็นเด็กเลี้ยงยากของทารกกลุ่มทดลองจะมีระดับต่ำกว่าทารกกลุ่มควบคุม

2. หลังการทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ คะแนนการมีปฏิสัมพันธ์ของทารกกลุ่มทดลองจะมีระดับสูงกว่าทารกกลุ่มควบคุม

#### วิธีดำเนินการวิจัย

แบ่งออกเป็น 4 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นที่ 1 การศึกษาข้อมูลพื้นฐาน

1.1) ศึกษา ตำรา เอกสารและงานวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับงานวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับพัฒนาการของเด็กทารกและการส่งเสริมพัฒนาการเด็กทารก เด็กกำพร้า พัฒนาการการปฏิสัมพันธ์ และการนวดเด็ก เพื่อเป็นพื้นฐานในการจัดฝึกอบรมและให้ความรู้แก่ผู้ดูแลเด็ก รวมถึงศึกษาเอกสารที่เกี่ยวกับการสร้างโปรแกรม เพื่อเป็นพื้นฐานในการสร้างโปรแกรมการนวดทารก ฯ

1.2) ฝึกปฏิบัติการนวดเด็กทารก

1.3) ศึกษาสภาพและปัญหาในด้านการเลี้ยงดูการดูแลสุขภาพอนามัย การกระตุ้นและการส่งเสริมพัฒนาการของเด็กทารก

ขั้นที่ 2 การสร้างโปรแกรมการนวดทารกเพื่อส่งเสริมพัฒนาการและการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก ในสถานสงเคราะห์เด็ก

2.1) สังเคราะห์แนวคิด ทฤษฎีงานวิจัยและสภาพความเป็นจริงของทารกนำมาสร้างเป็นกรอบแนวคิดและรายละเอียดของโปรแกรมการนวดทารก ฯ

2.2) นำกรอบแนวคิดมาเขียนร่างรายละเอียดของโปรแกรมการนวดทารก ฯ แล้วตรวจสอบความถูกต้องและความครอบคลุมของเนื้อหา

2.3) ผลิตเอกสารและสื่อประกอบการใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ ซึ่งประกอบด้วย

2.3.1 คู่มือการใช้โปรแกรมการนวดทารกเพื่อส่งเสริมพัฒนาการและการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก ในสถานสงเคราะห์เด็ก

2.3.2 เอกสารประกอบการอบรม เรื่อง เด็กทารก พัฒนาการเด็กทารก การปฏิสัมพันธ์ การนวดทารก

2.3.5 สื่อ-อุปกรณ์ประกอบการใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ ประกอบด้วย ตุ๊กตาพลาสติก เบบี้บอยล์ เทปเพลงคลาสสิก เบาะรองชนิดแข็ง

2.3.6 เครื่องมือสำหรับการประเมินผลโปรแกรมการนวดทารก ฯ หรือเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย

- 1.) แบบสอบถามพัฒนาการของทารกในสถานสงเคราะห์เด็ก
- 2.) แบบสังเกตการมีปฏิสัมพันธ์ของทารกในสถานสงเคราะห์เด็ก

ขั้นที่ 3 การทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารกเพื่อส่งเสริมพัฒนาการและการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก ในสถานสงเคราะห์เด็ก การดำเนินการทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ แบ่งออกเป็น 3 ระยะ ดังนี้

3.1) ระยะที่ 1 ขั้นเตรียมการ

3.1.1 กำหนดประชากรและตัวอย่างประชากร

1) ประชากรเป็นเด็กทารกอายุ 4-10 เดือน จำนวน 168 คน และผู้ดูแลเด็ก จำนวน 23 คน จากสถานสงเคราะห์เด็กอ่อนพญาไท สังกัดกรมประชาสงเคราะห์ กระทรวงแรงงานและสวัสดิการสังคม

2) ตัวอย่างประชากรเป็นเด็กทารก อายุ 4-10 เดือน จำนวน 40 คนและผู้ดูแลเด็กจำนวน 20 คน จากสถานสงเคราะห์เด็กอ่อนพญาไท สังกัดกรมประชาสงเคราะห์ กระทรวงแรงงานและสวัสดิการสังคม ในเดือนกุมภาพันธ์ปี พ.ศ. 2545

3.1.2 จัดฝึกอบรมผู้ดูแลเด็กเพื่อให้มีความรู้ความเข้าใจและทักษะในการนวดทารก

3.2) ระยะเวลาที่ 2 ขั้นดำเนินการนวดกับทารก ผู้ดูแลเด็กปฏิบัติการนวดจริงกับทารกเป็นเวลา 7 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 4-5 วัน วันละ 1-2 ครั้ง ครั้งละ 15-20 นาที

3.3) ระยะเวลาที่ 3 ขั้นสรุปและอภิปรายผลการใช้โปรแกรมการนวดทารก ๔ หลังการนวดทารก 7 สัปดาห์ ผู้วิจัยได้ติดตามผลการใช้โปรแกรมการนวดทารก ๔ โดยใช้แบบสอบถามพื้นอารมณ์เด็กทารกกับผู้ดูแลเด็กจำนวน 20 คนและใช้แบบสังเกตการณ์มีปฏิสัมพันธ์ของทารกในสถานสงเคราะห์ โดยสังเกตทารกกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมเป็นรายบุคคล ขณะเล่นในช่วงเวลาต่าง ๆ จากนั้นนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

3.3.1 คำนวณค่ามัชฌิมเลขคณิตและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนพื้นอารมณ์และคะแนนการมีปฏิสัมพันธ์ของทารกกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการทดลอง

3.3.2 เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่ามัชฌิมเลขคณิตของคะแนนพื้นอารมณ์และคะแนนการมีปฏิสัมพันธ์ของทารกกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการทดลอง

ขั้นที่ 4 การปรับปรุงโปรแกรมการนวดทารกเพื่อส่งเสริมพื้นอารมณ์และการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก ในสถานสงเคราะห์เด็ก

นำผลการทดลองมาปรับปรุงโปรแกรมการนวดทารกเพื่อส่งเสริมพื้นอารมณ์และการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก ในสถานสงเคราะห์เด็ก ในด้านวิธีดำเนินการนวดเพื่อให้มีความชัดเจนง่ายต่อการทำความเข้าใจและนำไปใช้ให้ตรงกับสภาพความเป็นจริงมากที่สุด จากนั้นนำเสนอโปรแกรมการนวดทารก ๔ ฉบับสมบูรณ์

## สรุปผลการวิจัย

1. หลังการทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารก ๕ คะแนนพื้นอารมณ์การเป็นเด็กเลี้ยงยากของทารกกลุ่มทดลองมีระดับต่ำกว่าทารกกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01
2. หลังการทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารก ๕ คะแนนการมีปฏิสัมพันธ์ของทารกกลุ่มทดลองมีระดับสูงกว่าทารกกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

## อภิปรายผลการวิจัย

ผลการวิจัยมีประเด็นที่นำมาอภิปรายได้ดังนี้

**ด้านพื้นอารมณ์** จากการทดลองพบว่าหลังการใช้โปรแกรมการนวดทารกเพื่อส่งเสริมพื้นอารมณ์และการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก ในสถานสงเคราะห์เด็ก ทารกในกลุ่มทดลองมีคะแนนพื้นอารมณ์การเป็นเด็กเลี้ยงยากในระดับต่ำกว่าทารกในกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 แสดงให้เห็นว่าการดำเนินโปรแกรมการนวดทารก ๕ สามารถส่งเสริมพื้นอารมณ์ทารกให้เป็นเด็กเลี้ยงยากในระดับต่ำลง ทั้งนี้เนื่องมาจาก

1. โปรแกรมการนวดทารก ๕ ได้ส่งเสริมพื้นอารมณ์ของทารกใน 6 องค์ประกอบ ดังนี้
  - 1.1 ระดับการเคลื่อนไหว

ในกิจกรรมการนวดมีกิจกรรมกายบริหาร (baby exercise) รวมอยู่ด้วยเพื่อให้เด็กได้พัฒนาส่วนต่าง ๆ ของร่างกายควบคู่ไปด้วย อันได้แก่ การส่งเสริมพัฒนาการกล้ามเนื้อคอ มีกิจกรรมคือ ดัดนิ้วในตำแหน่งต่าง ๆ ให้เด็กหันตามเสียง, การส่งเสริมพัฒนาการกล้ามเนื้อแขน คอและหลัง มีกิจกรรมคือ กำมือเด็กไว้แล้วดึงตัวเด็กขึ้นจากท่านอน, การส่งเสริมพัฒนาการกล้ามเนื้อมือ มีกิจกรรมคือ นำของเล่นสีสันสดใส มาให้เด็กจับไว้ แล้วเขย่า, การส่งเสริมพัฒนาการกล้ามเนื้อขา มีกิจกรรมคือ งอขาเด็กแล้วดันให้หัวเข่าชิดหน้าอก, ส่งเสริมพัฒนาการกล้ามเนื้อแขน มีกิจกรรมคือ ยกแขนเด็กขึ้น-ลง สลับไปมา ซึ่งกิจกรรมเหล่านี้ช่วยให้ร่างกายเด็กแข็งแรงขึ้น โดยก่อนการทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารก ๕ เด็กทารกกลุ่มทดลองมีกิจกรรมการเคลื่อนไหวน้อยมาก แต่หลังจากการทดลองพบว่าเด็กมีการเคลื่อนไหวมากขึ้น เช่น การโยกตัว การเล่นเขย่าของเล่น การเอื้อมหยิบของเล่น ฯลฯ ทั้งนี้เป็นผลเนื่องมาจาก กล้ามเนื้อส่วนต่าง ๆ ของเด็กถูกกระตุ้นจากการบีบนวด ทำให้การทำงานของระบบไหลเวียนทางโลหิตดีขึ้น ซึ่งพฤติกรรมดังกล่าวข้างต้นของทารก ได้สอดคล้องกับงานวิจัยของ Strong (1989) ที่ได้ศึกษา



เรื่องการนวดในทารกคลอดก่อนกำหนด พบว่าทารกมีความตื่นตัวและมีพฤติกรรมหลากหลาย ในการแสดงออก งานวิจัยของ Tiffany (1995) ได้ศึกษาผลของการนวดบำบัดในทารก พบว่าทารก มีความตื่นตัวและแข็งแรงขึ้น และ IMA (2000) ได้กล่าวว่าการนวดช่วยให้เด็กรู้จักบังคับร่างกาย ของตนเอง และ The International Loving Touch Foundation (2000) ได้กล่าวว่าการนวดช่วยให้ การทำงานของกล้ามเนื้อเป็นไปอย่างปกติ รวมถึง วิลเลียม เลิศธรรมเทวี (2544) ที่กล่าวว่า การนวดช่วยผ่อนคลายความตึงเครียดของกล้ามเนื้อ ทำให้การไหลเวียนของเลือดดีขึ้น จึงช่วย สร้างกล้ามเนื้อให้แข็งแรง ข้อต่อต่าง ๆ สามารถรับน้ำหนักและเคลื่อนไหวได้ดีขึ้น เตรียมพร้อม ที่จะหัดคลาน นั่ง ยืน และเดิน

### 1.2 ความสม่ำเสมอในการทำหน้าที่ของร่างกาย

หลังการทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ พบว่าทารกกลุ่มทดลองมีความ สม่ำเสมอในการทำหน้าที่ของร่างกายดีขึ้น โดยจากการสอบถามผู้ดูแลเด็กพบว่า การนอนหลับ การตื่นนอนและการหิวของเด็กทารก มีเวลาที่แน่นอนขึ้นกว่าก่อนการทดลอง นอกจากนี้เด็ก ยังกินอาหารและดูดนมในปริมาณที่เกือบจะเท่ากันในแต่ละมื้อ ซึ่งจากพฤติกรรมของทารก ดังกล่าวมีความสอดคล้องกับ The International Loving Touch Foundation (2000) ที่กล่าวว่า การนวด ช่วยให้ระบบการย่อยอาหารของเด็กดีขึ้น ช่วยให้เด็กหลับสนิทและส่งเสริมระบบ การหมุนเวียนในร่างกาย

### 1.3 ความสามารถในการปรับตัว

ก่อนการทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ ทารกกกลุ่มทดลองมักจะร้องไห้ ให้งอแงเวลาไปพบแพทย์ มีการปฏิเสธของเล่นชิ้นใหม่ และไม่ยินยอมให้สระผม ตัดเล็บ ล้างหน้า หวีผมและไม่ยินยอมกินยา แม้ว่าจะได้ลองทำสัก 2-3 ครั้ง หลังการทดลองจากการสอบถามผู้ดูแล เด็ก พบว่า การร้องไห้งอแงเวลาไปพบแพทย์ของทารกกลุ่มทดลองมีระดับน้อยลง ยินยอมเล่นของ เล่นชิ้นใหม่ได้ดีขึ้น และยินยอมให้สระผม ตัดเล็บ ล้างหน้า หวีผมและยินยอมกินยาได้ดีกว่าก่อน การทดลอง เป็นผลมาจากการนวดทำให้เด็กเรียนรู้และเข้าใจในสิ่งแวดล้อมรอบตัวได้ดีขึ้น จึงไม่ กลัวหรือปฏิเสธเมื่อเจอสถานการณ์ใหม่ ๆ จากพฤติกรรมดังกล่าวข้างต้น สอดคล้องกับ Leslie Hope (2000) ที่กล่าวว่า การนวดทำให้เด็กเรียนรู้ได้ดีขึ้น เด็กมีความสนใจในสิ่งรอบด้าน และมีการตอบสนองต่อสิ่งต่าง ๆ ดีขึ้น และ IMA (2000) ได้กล่าวว่าการนวดช่วยให้เด็กเพิ่มความ ไว้วางใจและความเชื่อมั่นของเด็กต่อบุคคลรอบข้าง

### 1.4 การเข้าใกล้หรือถอยหนีต่อสิ่งเร้า

ก่อนการทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ ทารกกกลุ่มทดลองมักจะขัดขืน เสมอเมื่อผู้ดูแลเด็กตัดเล็บ หวีผม ล้างหน้า สระผมและให้ยาแก่เด็ก เด็กมักจะปฏิเสธสถานที่

ใหม่ ๆ และปฏิเสธที่จะเล่นของเล่นแปลกใหม่ หลังการทดลอง จากการสอบถามผู้ดูแลเด็ก พบว่า เด็กทารกกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมก้าวร้าวขึ้นหรือการปฏิเสธต่อการตัดเล็บ หวีผม ล้างหน้า สระผม การกินยา การไปยังสถานที่ใหม่ ๆ และของเล่นชิ้นใหม่ ๆ ในระดับที่ต่ำกว่าก่อนการทดลอง เป็นผลมาจากการนัดทำให้เด็กเกิดความมั่นใจในการเผชิญสิ่งใหม่ ๆ ได้ดีขึ้น จากพฤติกรรม ดังกล่าวข้างต้น สอดคล้องกับ Erikson ที่กล่าวว่า การได้รับการสัมผัสทำให้เด็กเกิดความไว้วางใจ ผู้ให้การเลี้ยงดู รวมถึง IMA (2000) ได้กล่าวว่าการนัดช่วยให้เด็กเรียนรู้ถึงความปลอดภัยและความไว้วางใจได้ง่ายขึ้น

### 1.5 ความรุนแรงของการตอบสนอง

ก่อนการทดลองใช้โปรแกรมการนัดทารก ฯ เด็กทารกกลุ่มทดลองมีความรุนแรงของการตอบสนองในระดับสูง คือ เมื่อเด็กถ่ายอุจจาระหรือฉี่รดผ้าอ้อมเด็กจะร้องไห้เสียงดัง เหมอ เมื่อถูกฉีดยาหรือทำให้เจ็บเด็กจะร้องไห้เสียงดังและนานมาก หลังการทดลอง จากการสอบถามผู้ดูแลเด็ก พบว่าความรุนแรงในการตอบสนองของเด็กมีระดับต่ำลง คือ เมื่อเด็กถ่ายอุจจาระหรือฉี่รดผ้าอ้อมเด็กยังคงร้องไห้แต่เสียงไม่ดังและร้องไม่นาน เมื่อถูกฉีดยาหรือถูกทำให้เจ็บ การร้องไห้ของเด็กมีระยะเวลาไม่นานและไม่รุนแรงเท่ากับก่อนการทดลองใช้โปรแกรมการนัดทารก ฯ ซึ่งพฤติกรรมของทารก สอดคล้องกับ IMA (2000) ที่กล่าวว่าประโยชน์ของการนัดช่วยให้เด็กอดทนต่อสิ่งเร้าได้ดีขึ้น และช่วยลดพฤติกรรมไฮเปอร์แอคทีฟ ส่งเสริมให้เด็กเกิดความสงบ รวมถึง วิลเลียมส์ (2544) ที่กล่าวว่า การนัดช่วยลดอาการเจ็บปวดให้น้อยลง โดยยับยั้งการนำสัญญาณความเจ็บปวดไปสู่สมอง

### 1.6 ลักษณะทางอารมณ์

ก่อนการทดลองใช้โปรแกรมการนัดทารก ฯ เด็กทารกกลุ่มทดลองมักร้องไห้ กอแงบ่อยครั้งหลังการตื่นนอน หลังการถ่ายอุจจาระหรือปัสสาวะเลอะผ้าอ้อมและในขณะที่ตัดเล็บ หวีผม ล้างหน้า สระผมและในระหว่างการกินยา และร้องไห้ โยเยเมื่อเกิดการเจ็บป่วยหรือต้องไปพบแพทย์ นอกจากนี้เด็กทารกมักมีอาการไม่ดีเมื่อถูกรบกวน หลังการทดลอง เด็กทารกมีอารมณ์ดีขึ้น โดยจากการสอบถามผู้ดูแลเด็ก เห็นได้ว่าเด็กทารกที่ได้รับการนัดมีพฤติกรรมในด้านบวก คือ ยิ้มเก่งขึ้น หัวเราะ อารมณ์ดี ไม่ร้องกวนโยเย และหลับอย่างสนิท ซึ่งสอดคล้องกับ ผลงานวิจัยของ Tiffany (1995) ที่พบว่า การนัดทำให้เด็กนอนหลับง่ายขึ้นและร้องไห้ลดลง มีอารมณ์ดีขึ้นและพื้นอารมณ์อยู่ในระดับดี และ The International Loving Touch Foundation (2000) กล่าวว่า การนัดช่วยลดระดับคอร์ติโซล (cortisol) ทำให้เด็กมีภาวะซึมเศร้าน้อยลง ทั้งนี้เพราะการนัดทำให้เด็กมีความรู้สึกมั่นคงทางจิตใจ เกิดความอบอุ่นและการนัดสัมผัสนั้น

ทำให้เด็กได้รับการตอบสนองความต้องการขั้นพื้นฐาน ดังที่ Maslow (1970) ได้กล่าวไว้ ในเรื่องของความต้องการความปลอดภัยในด้านร่างกายและจิตใจ และความต้องการความรักและการเป็นเจ้าของ เมื่อเด็กได้รับในสิ่งเหล่านี้แล้วเด็กจึงไม่ร้องไห้ โยเย หรืออแงเพื่อเรียกร้องความสนใจจากผู้ดูแลเด็ก

## 2. โปรแกรมการนวดทารก ฯ ได้ส่งเสริมพัฒนาการด้านอื่น ๆ อีกด้วย

2.1 โปรแกรมการนวดทารก ฯ ช่วยให้เกิดกล้ามเนื้อคลาย มีภูมิคุ้มกันโรค โดยก่อนการใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ ทารกส่วนใหญ่ ป่วยบ่อย และนอนหลับไม่ค่อยสนิท แต่เมื่อทารกได้รับการนวด พบว่าอัตราการป่วยลดน้อยลง และเด็กหลับได้นานขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Tiffany M. Field (1995) ที่ศึกษาผลของการนวดบำบัดในทารก พบว่าเด็กนอนหลับง่ายขึ้น การร้องไห้ลดลง และทฤษฎีของสถาบันการนวดแห่งออสเตรเลีย (IMA, 2000 ) ได้กล่าวถึงประโยชน์ที่เกิดจากการนวดว่าช่วยให้เด็กมีภูมิคุ้มกันโรค ทั้งนี้เนื่องมาจาก เด็กกำพร้าส่วนใหญ่มีปัญหาในด้านสุขภาพอันเป็นผลต่อเนื่องมาจากจิตใจ ดังที่สหทัยมูลนิธิ (2535) ได้กล่าวไว้ว่าสาเหตุของปัญหาสุขภาพของเด็กทารกกำพร้าส่วนใหญ่มีผลมาจากจิตใจได้รับความกระทบกระเทือนมากกว่าปัญหาทางด้านร่างกาย จึงทำให้เด็กมีอาการป่วยเรื้อรัง ดังนั้นการแก้ปัญหาสุขภาพเด็กจึงควรเริ่มจากการส่งเสริมด้านอารมณ์ – จิตใจให้กับเด็กก่อน และจากการทดลองการนวด เด็กมีท่าทางผ่อนคลายสบายตัว เด็กนอนหลับสนิทขึ้นไม่ร้องกวน เมื่อจิตใจของทารกมีความสุข ระบบการทำงานของร่างกายก็ทำงานดีขึ้นเช่นกัน จากผลการทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ จะพบว่าคะแนนพื้นอารมณ์ด้านความสม่ำเสมอของการทำหน้าที่ของร่างกายเด็กดีขึ้น จึงส่งผลให้เด็กมีอาการป่วยน้อยลง

## 2.2 พัฒนาการด้านการรับรู้และสติปัญญา

ในขณะที่ปฏิบัติกิจกรรมการนวด เด็กมีท่าที่ผ่อนคลาย และมีสมาธิดีขึ้น เมื่อเด็กมีสมาธิดีขึ้นทำให้เรียนรู้สิ่งต่างรอบตัวได้ดีขึ้นและสนใจกิจกรรมต่าง ๆ ที่ผู้ดูแลเด็กจัดขึ้น เพราะก่อนการทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ ทารกในกลุ่มทดลองส่วนใหญ่ ไม่สนใจการเล่นหรือของเล่นที่ผู้ดูแลเด็กจัดให้ มักนอนเฉย ๆ ไม่รับรู้ และไม่ตอบสนองเวลาที่ผู้ดูแลเด็กต้องการสบตาหรือต้องการสื่อสาร แต่หลังจากการนวดแล้วทารกสนใจในกิจกรรมที่ผู้ดูแลเด็กจัดให้ รวมถึงมีกิจกรรมการเล่นแบบสำรวจและค้นหามากขึ้น เช่น เมื่อนำของเล่นไปซ่อน เด็กมองหาของเล่นนั้น เมื่อผู้ดูแลเด็กเปลี่ยนสีหน้าในลักษณะต่าง ๆ เด็กหัวเราะกับสีหน้านั้น ๆ ซึ่งผลการวิจัยได้สอดคล้องกับประโยชน์ของการนวด ดังที่ Leslie (2000) ได้กล่าวว่า การนวด ทำให้เด็กเรียนรู้ได้ดี เพราะเด็กมีสมาธิเพิ่มขึ้น เด็กมีความสนใจในสิ่งรอบด้าน ทั้งนี้เนื่องมาจากการนวดทำให้เด็กมีการตอบสนองต่อสิ่งต่าง ๆ ได้ดีขึ้น เพราะระบบประสาทมีการเชื่อมโยงดีขึ้น

นอกจากนี้ในขณะที่ปฏิบัติกิจกรรมการนวด มีกิจกรรมการส่งเสริมด้านสติปัญญาให้กับเด็กอีกด้วย คือ การใช้ของเล่นที่มีสีสันดึงดูดความสนใจเด็ก ของเล่นที่มีผิวสัมผัสและลวดลายแตกต่างกัน เพื่อพัฒนาด้านประสาทสัมผัสของเด็ก และส่งเสริมพัฒนาการด้านภาษา คือ เมื่อนวดร่างกายเด็กในสวนไหนก็ตาม ผู้ดูแลเด็กเอ่ยชื่ออวัยวะส่วนนั้น ๆ ออกมา เช่น ขณะกำลังนวดขา ก็พูดว่า “นี่ขาน้อย ๆ ของใครเอ่ย?”

**ด้านการมีปฏิสัมพันธ์** จากการทดลองพบว่าหลังการใช้โปรแกรมการนวดทารก เพื่อส่งเสริมพัฒนาการและการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก ในสถานสงเคราะห์เด็ก ทารกกกลุ่มทดลองมีคะแนนการมีปฏิสัมพันธ์ในระดับสูงกว่าทารกในกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 แสดงให้เห็นว่าการดำเนินโปรแกรมการนวดทารก ๆ สามารถส่งเสริมการมีปฏิสัมพันธ์ของทารกได้ ทั้งนี้เนื่องมาจาก

1. โปรแกรมการนวดทารก ๆ ได้ส่งเสริมการมีปฏิสัมพันธ์ของทารกใน 2 ด้าน คือ

1.1 ด้านการแสดงพฤติกรรมโต้ตอบของทารกต่อกิจกรรมการเล่น

ก่อนการทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารก ๆ เด็กทารกกลุ่มทดลองสนใจกิจกรรมการเล่นหรือของเล่นที่ผู้ดูแลเด็กจัดให้ในระดับน้อยและมีพฤติกรรมตอบสนองต่อการเล่นน้อยมาก เช่น ในขณะที่ผู้ดูแลเด็กจัดอุปกรณ์ของเล่นให้เด็กเล่น เด็กไม่เคลื่อนไหวร่างกาย ไม่ส่งเสียง ไม่ยิ้ม ไม่หัวเราะ หลังการทดลอง เด็กทารกกลุ่มทดลองเริ่มมีพฤติกรรมสนใจในกิจกรรมการเล่นที่ผู้ดูแลเด็กจัดให้ ซึ่งสังเกตได้จาก ทารกส่วนใหญ่ยิ้ม ส่งเสียงอ้อแอ้ ขมวดคิ้วหรือทำหน้าบึ้งและมีการเคลื่อนไหวร่างกาย คือ ในขณะที่เล่น เด็กเอื้อมหยิบของเล่น เขย่าของเล่นสำรวจของเล่น ซึ่งพฤติกรรมที่สนใจในกิจกรรมการเล่นนี้สอดคล้องกับ Leslie Hope (2000) ที่กล่าวว่า การนวดทำให้เด็กมีพัฒนาการดีขึ้นและเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ ได้ดีเพราะเด็กมีสมาธิขึ้น ทำให้เด็กมีความสนใจในสิ่งรอบด้านและมีการตอบสนองต่อเสียงดีขึ้น

1.2 ด้านการแสดงพฤติกรรมโต้ตอบของทารกกับผู้ดูแลเด็ก

ก่อนการทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารก ๆ ทารกกกลุ่มทดลองมักไม่สบตาผู้ดูแลเด็ก การส่งเสียงอ้อแอ้เป็นการแสดงการรับรู้ที่ผู้ดูแลเด็กอยู่ใกล้ ๆ การยิ้ม การหัวเราะ การเลียนแบบทางสีหน้า อยู่ในระดับต่ำมาก นอกจากนี้เมื่อเด็กร้องไห้จะสงบได้ยากแม้ว่าจะปลอบเป็นเวลานาน หลังการทดลองพบว่าทารกกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมโต้ตอบกับผู้ดูแลเด็กในระดับที่ดีขึ้น สังเกตได้จาก เมื่อผู้ดูแลเด็กสบตาทารก ทารกสบตาผู้ดูแลเด็ก เมื่อผู้ดูแลเด็กเปลี่ยนตำแหน่งการยืน ทารกมองตามผู้ดูแลเด็ก เมื่อผู้ดูแลเด็กก้มหน้าเข้ามาใกล้ ๆ ทารกมีการเคลื่อนไหวร่างกาย เมื่อผู้ดูแลเด็กพูดกับทารก ทารกส่งเสียงอ้อแอ้ตอบผู้ดูแลเด็ก เมื่อผู้ดูแลเด็กยิ้มกับ

ทารก ทารกยิ้มตอบผู้ดูแลเด็ก เมื่อผู้ดูแลเด็กเรียกชื่อหรือพูดกับทารก ทารกหันหน้าไปตามเสียงนั้น และทารกหยุดร้องไห้ เมื่อผู้ดูแลเด็กกอดทารก ซึ่งพฤติกรรมของทารกดังกล่าวข้างต้น สอดคล้องกับงานวิจัยของ Pardew (1996) ที่พบว่าหลังการนวดทารก เด็กทารกมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีขึ้นกับสิ่งแวดล้อมและผู้ดูแลเด็ก และ IMA (2000) ที่กล่าวว่า การนวดก่อให้เกิดความผูกพันระหว่างเด็กและผู้ให้การเลี้ยงดู ซึ่งเป็นพื้นฐานของความรักและการเปิดกว้างทางการสื่อสาร รวมถึง The International Loving Touch Foundation (2000) ได้กล่าวว่า การนวดเป็นการจัดหาเวลาพิเศษเพื่อการสื่อสารสัมพันธ์ที่ก่อให้เกิดความรักและความเมตตาากรุณา ความยอมรับนับถือระหว่างเด็กกับผู้ให้การเลี้ยงดู

2. โปรแกรมการนวดทารก ๙ ได้ส่งเสริมให้ผู้ดูแลเด็กใช้เวลาในการมีปฏิสัมพันธ์กับทารกมากขึ้น ซึ่งการเลี้ยงดูทารกตามปกติในผู้ดูแลเด็กส่วนมากมีภาระงานด้านอื่นด้วย จึงไม่สามารถมีเวลาในการดูแลเอาใจใส่ทารกเท่าที่ควรจะเป็น แต่เมื่อมีการจัดกิจกรรมการนวดทารกให้กับผู้ดูแลเด็กทำให้ผู้ดูแลเด็กเห็นความสำคัญในการดูแลเอาใจใส่ทารกมากขึ้น เนื่องจากขณะปฏิบัติกรณุนั้น ทารกจะมีอาการผ่อนคลายและสงบไม่ร้องกวน โยเย ส่งผลให้ผู้ดูแลเด็กมีความรู้สึกผ่อนคลายไปด้วยเช่นกัน และเป็นแรงจูงใจให้ผู้ดูแลเด็กมีความต้องการนวดทารกอย่างต่อเนื่อง ซึ่งสอดคล้องกับหลักการของ Thomas, Chess & Birch (1969) คือ เด็กที่มีอารมณ์ไม่สงบ ยึดเก่ง มักได้รับการสนองในทางบวกจากบุคคลรอบข้างมากกว่าเด็กที่หงุดหงิด อารมณ์ไม่ดี ดังนั้นเมื่อผู้ดูแลเด็กใช้เวลาในการเอาใจใส่ดูแลเด็กทารกมากขึ้นจึงทำให้ทารกมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับผู้ดูแลเด็กและกับบุคคลรอบข้าง

นอกจากนี้ในโปรแกรมการนวดทารก ๙ มีกิจกรรมที่ส่งเสริมการมีปฏิสัมพันธ์เพื่อให้ผู้ดูแลเด็กได้เล่นกับเด็ก คือ การเล่นเกมจ๊ะเอ๋, เกมปูไต่, เกมการเปลี่ยนการแสดงออกทางสีหน้า และการร้องเพลง กิจกรรมเหล่านี้ทำให้ทารกมีความสุข สนุกสนาน เพลิดเพลิน

3. โปรแกรมการนวดทารก ๙ ช่วยให้ผู้ดูแลเด็กมีส่วนสำคัญในการเลี้ยงดูเด็กมากขึ้น โปรแกรมการนวดทารก ๙ ที่พัฒนาขึ้นได้ให้ความสำคัญอย่างมากกับบทบาทของผู้ดูแลเด็กในสถานสงเคราะห์เด็ก คือ ผู้ดูแลเด็กคอยช่วยเหลือและดูแลเมื่อเด็กมีอารมณ์หงุดหงิด ไม่สบายตัว ไม่สบายใจ ผู้ดูแลเด็กมีหน้าที่ช่วยทำให้เด็กผ่อนคลาย ดังที่ ลักษณะ ตันติลีปกร (2527) ได้กล่าวว่า บุคคลที่มีความสำคัญและมีอิทธิพลต่อความนึกคิด ความรู้สึกและทัศนคติของเด็กทรงจากบิดา มารดา คือ ผู้ดูแลเด็ก ดังนั้นผู้ดูแลเด็ก จึงต้องมีความสามารถ ในบทบาทหน้าที่และภาวะพิเศษ ในระดับอื่น ๆ ด้วย นอกจากนี้โปรแกรมการนวดทารก ๙ ยังช่วยให้ผู้ดูแลเด็กมีความรู้สึกเชื่อมั่นในตนเองว่าสามารถเลี้ยงดูเด็กให้เด็กเป็นคนมีอารมณ์ดีได้ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Bardi (1996) ที่ศึกษาผลการเรียนรู้และการปฏิบัติกรณุนวดต่อความมั่นใจของพ่อแม่

ในการเลี้ยงดูเด็ก พบว่า หลังการอบรมเรื่องการนวด และทดลองปฏิบัติการนวดกับบุตร พ่อแม่มีความสัมพันธ์ที่ดีขึ้นและมีความมั่นใจในการดูแลเด็กเพิ่มขึ้น ดังนั้นเมื่อผู้ดูแลเด็กตระหนักแล้วว่าตนเป็นบุคคลสำคัญต่อการส่งเสริมการเจริญเติบโตของเด็ก และผู้ดูแลเด็กมีความเชื่อมั่นว่าสามารถเลี้ยงเด็กได้ดี ทำให้ผู้ดูแลเด็กมีทัศนคติที่ดีต่อภาระหน้าที่ของตนและมีทัศนคติที่ดีต่อตัวของทารกด้วย โดยพบได้จากพฤติกรรมที่แสดงออกในทางบวกต่อทารก คือ มีการปลอบโยนทารกเมื่อทารกร้องไห้ เข้าไปดูแลทารกเมื่อได้ยินเสียงร้องไห้ อุ้มทารกมากขึ้น ยิ้มกับทารกเล่นกับทารกบ่อยขึ้น และผลของการที่เด็กและผู้ดูแลเด็กมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันนั้นจะทำให้เด็กมีความรู้สึกมั่นคงและมีความสุข อีกทั้งยังมีความรู้สึกที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น ซึ่งจากการดำเนินการใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ พบว่าเด็กทารกแสดงออกอย่างมีความสุขเมื่อผู้วิจัยได้เข้าไปสัมผัส ผัดโอบกอด และเล่นกับเด็ก

4. โปรแกรมการนวดทารก ฯ ช่วยส่งเสริมให้ผู้วิจัย ผู้ดูแลเด็กและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการเลี้ยงดูเด็กวัยทารก ได้เห็นความสำคัญของการนวดมากขึ้น

ก่อนการทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ ผู้วิจัย ผู้ดูแลเด็กและนักพัฒนาการเด็กให้ความเห็นว่าการนวดเป็นกิจกรรมหนึ่งที่จะช่วยส่งเสริมให้เด็กเลี้ยงง่ายขึ้นและมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีขึ้นกับผู้อื่น แต่หลังจากการทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ พบว่าผลที่ได้มีมากกว่าสมมุติฐานที่ตั้งไว้ คือ ทำให้เด็กมีระบบร่างกายทำงานอย่างเป็นเวลา การเจ็บป่วยของเด็กลดน้อยลง เด็กมีท่าทางผ่อนคลายมีความสุข เด็กหลับสนิทไม่ร้องงอแง เด็กมีร่างกายแข็งแรงขึ้น เด็กมีการรับรู้ดีขึ้น จึงเห็นว่าควรจะให้เด็กทุกคนได้รับการนวดให้มากขึ้น เพราะจะเป็นประโยชน์กับเด็กต่อไปในอนาคต

### ข้อสังเกตจากการวิจัย

1. ข้อสังเกตจากการดำเนินการใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ พบว่า การนวดแต่ละครั้งไม่จำเป็นต้องนวดเป็นขั้นตอนโดยเริ่มจากการนวดหน้า, ศีรษะ ลงมาจนถึงเท้าตามลำดับก็ได้ ผู้ดูแลเด็กสามารถคิดประยุกต์ได้ว่าจะเริ่มนวดจากตรงส่วนไหนของร่างกายทารกก่อน ซึ่งต้องขึ้นกับความยินยอมของทารกด้วย และผู้ดูแลเด็กสามารถเปิดกว้างทางความคิดได้ว่า จะประยุกต์ทำนวดแบบใหม่ ๆ หรือกิจกรรมที่จะเล่นกับเด็กระหว่างปฏิบัติการนวดก็ได้ ซึ่งทำให้ผู้ดูแลเด็กมีความสุขกับการนวดมากกว่าการจำกัดวิธีการนวดที่จำเพาะเจาะจง เพียงแต่ระมัดระวังเรื่องแรงกด ไม่ให้แรงหรือหนักเกินไปเพราะอาจเป็นอันตรายต่อส่วนสำคัญของร่างกายได้ เช่น

บริเวณศีรษะ ซึ่งกะโหลกส่วนหน้าของเด็กยังอ่อนอยู่ หรือบริเวณท้องน้อย ซึ่งเป็นจุดอ่อนของร่างกายเด็ก

2. ผู้ดูแลเด็กสามารถนวดเด็กได้ในหลายสถานการณ์ ไม่จำเป็นต้องอาศัยเวลาว่างในการนวดก็ได้เพราะบางครั้งผู้ดูแลเด็กก็มีภาระอื่นต้องดูแลควบคู่กันไปด้วย ดังนั้นในขณะที่อาบน้ำหรือเปลี่ยนผ้าอ้อม ผู้ดูแลเด็กก็สามารถนวดทารกได้ ซึ่งอาจใช้เวลาเพียงครั้งละ 5-10 นาที ซึ่งวิธีการเช่นนี้ ทำให้โปรแกรมการนวดทารก ๙ มีความยืดหยุ่นและเหมาะสมกับการเลี้ยงดูเด็กในสถานสงเคราะห์เด็กซึ่งมีอัตราส่วนของผู้ดูแลเด็ก 1 คน ต่อเด็ก 10 คน

3. เด็กทารกส่วนใหญ่ไม่ปฏิเสธการนวดจากผู้ดูแลเด็ก ทารกจะยอมรับการนวดและอยู่เฉย ๆ อย่างสงบ บางคนมีการส่งเสียงอ้อแอ้ ยิ้ม และมองหน้าผู้ดูแลเด็กในขณะที่นวด ทารกแต่ละคนแสดงพฤติกรรมการตอบสนอง ในขณะที่ได้รับการนวดไม่เหมือนกัน เช่น ทารกบางคนไม่ชอบให้นวดหน้า บางคนเมื่อได้รับการนวดจะถีบขาตันตัวออกไป ดังนั้นการนวดต้องปรับให้เหมาะสมกับเด็กแต่ละคน

4. การทำงานวิจัยครั้งนี้มีความจำกัดในเรื่องเวลาในชั้นการให้ความรู้ความเข้าใจและการฝึกปฏิบัติการนวดทารกแก่ผู้ดูแลเด็ก เนื่องจากปัจจุบันสถานสงเคราะห์เด็กอ่อนพญาไทเป็นสถานสงเคราะห์ของกรมประชาสงเคราะห์ สังกัดกระทรวงแรงงานและสวัสดิการสังคมเพียงแห่งเดียวในกรุงเทพมหานคร ที่รับเลี้ยงดูเด็กทารกกำพร้าแรกเกิด ทำให้ปัจจุบันจำนวนเด็กมีมากจนจำนวนผู้ดูแลเด็กมีไม่เพียงพอต่อจำนวนทารก ผู้ดูแลเด็กจึงทำงานหนักมาก ดังนั้นการจัดการอบรมผู้วิจัยจึงจัดเวลาการอบรมช่วงที่ผู้ดูแลเด็กหมดช่วงการดูแลเด็กแล้วซึ่งเป็นช่วงเช้า 10.00 – 12.00 น. โดยแบ่งกลุ่มเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มละ 10 คน เนื่องจากผู้ดูแลเด็กไม่สามารถมาอบรมพร้อมกันทั้ง 20 คนได้ อีกทั้งเกรงว่าจะรบกวนเวลาในการพักผ่อนของผู้ดูแลเด็ก จึงจัดฝึกอบรมในเวลาจำกัด อย่างไรก็ตามผู้วิจัยได้เข้าไปสังเกตการนวดของผู้ดูแลเด็กเพื่อให้คำแนะนำ ในขณะที่ผู้ดูแลเด็กปฏิบัติการนวด เพื่อให้ผู้ดูแลเด็กมีความมั่นใจในการนวดทารกและมีทักษะในการนวดทารกเพิ่มมากขึ้น นอกจากนี้นักพัฒนาการเด็กยังได้ช่วยให้คำแนะนำและกระตุ้นให้ผู้ดูแลเด็กได้นวดทารกอย่างสม่ำเสมอ

5. ในด้านประโยชน์ของการนวดทารกที่เกิดขึ้นกับทารกและผู้ดูแลเด็กนั้น จากการสอบถามผู้ดูแลเด็ก พบว่า ประโยชน์ที่เกิดกับทารก คือ การนวดช่วยให้เด็กสงบขึ้น นอนหลับได้สนิทและหลับได้นานขึ้น ร้องไห้งอแงน้อยลง มีร่างกายแข็งแรงขึ้น มีอารมณ์ดี สบตากับผู้ดูแลเด็ก และสนใจสิ่งต่าง ๆ รอบตัว ส่งเสียงอ้อแอ้เวลาที่ผู้ดูแลเด็กเข้าไปใกล้ ยิ้มและหัวเราะกับผู้ดูแลเด็กมากขึ้นกว่าก่อนการทดลอง ส่วนประโยชน์ที่เกิดกับผู้ดูแลเด็ก คือ ผู้ดูแลเด็กมีความสุขขึ้น เนื่องจากเสียงร้องไห้ของเด็กลดน้อยลง

6. ในด้านความพึงพอใจในโปรแกรมการนวดทารก ฯ จากการสอบถามผู้ดูแลเด็กพบว่าผู้ดูแลเด็กมีความพึงพอใจในโปรแกรมการนวดทารก ฯ ในด้านประโยชน์ของการนวด และให้ความสนใจในการนำไปใช้ ส่วนระยะเวลาในการนวดเด็ก ผู้ดูแลเด็กเห็นว่าภาระหน้าที่ที่ต้องรับผิดชอบมากมาย จึงมีความลำบากที่จะนวดเด็กทารกทุกคน คนละ 2 ครั้ง เป็นประจำทุกวัน ผู้ดูแลเด็กจึงเสนอนำจะปฏิบัติการนวดวันละ 1 ครั้ง ต่อเด็ก 1 คน

### ข้อเสนอแนะสำหรับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง

ผู้ดูแลเด็กเป็นผู้ที่มีบทบาทสำคัญในการดูแลเด็ก จากผลงานวิจัยนี้พบว่า ผู้ดูแลเด็กที่นำวิธีการนวดของโปรแกรมการนวดทารก ฯ ไปใช้ สามารถช่วยทารก ให้มีอารมณ์ดี ไม่อแง นอนหลับสบายและมีปฏิสัมพันธ์กับคนรอบข้างดีขึ้น และเป็นประโยชน์ในการพัฒนาเด็กด้านต่าง ๆ ได้ เพราะฉะนั้นหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการจัดการอบรมเลี้ยงดูเด็ก จึงควรจัดให้มีการอบรมในเรื่องนี้ เพื่อให้ผู้ดูแลเด็กมีความรู้และทักษะใหม่ ๆ ในการเลี้ยงดูเด็กมากยิ่งขึ้น ซึ่งจะช่วยลดภาระในเรื่องความยุ่งยากในการเลี้ยงดูเด็กของผู้ดูแลเด็กเอง และช่วยลดปัญหาพฤติกรรมเด็กได้อีกด้วย

### ข้อเสนอแนะสำหรับงานวิจัยครั้งต่อไป

1. เพื่อให้โปรแกรมการนวดทารก ฯ มีความครอบคลุมมากขึ้น ควรเพิ่มการประเมินผลในเรื่องของพัฒนาการทางด้านร่างกายด้วย เพื่อให้เห็นประโยชน์ของการนวดอย่างชัดเจน
2. ควรมีการนำโปรแกรมการนวดทารก ฯ นี้ไปทดลองใช้ระยะยาวกับเด็กกำพร้าในหน่วยงานอื่น ใช้กับเด็กที่ป่วยเป็นโรคภูมิคุ้มกันบกพร่อง (AIDS) เพื่อดูการเปลี่ยนแปลงทางพัฒนาการ การมีปฏิสัมพันธ์ และระบบการทำงานของร่างกายของเด็กในลำดับต่อไป
3. งานวิจัยนี้สามารถนำมาประยุกต์ใช้ได้กับ ครอบครัวและหน่วยงานต่าง ๆ ที่ต้องรับผิดชอบในการเลี้ยงดูทารก รวมทั้งสามารถขยายการนำโปรแกรมการนวดทารก ฯ ไปทดลองใช้กับเด็กปกติและเด็กวัยอนุบาลเพื่อศึกษาผลที่จะเกิดขึ้นต่อพัฒนาการด้านต่าง ๆ ของเด็ก



## รายการอ้างอิง

ภาษาไทย

คณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ, สำนักงาน.2523. การจัดบริการศูนย์เด็กก่อนวัยเรียน.

กรุงเทพมหานคร: เอร่าวัฒนธรรมพิมพ์.

จอห์นสัน & จอห์นสัน. 2541. แนวคิดวนวดใจ ให้ลูกน้อย.[Online]. กรุงเทพมหานคร:

แปลนพับ ลิขซึ่ง.แหล่งที่มา: <http://www.lukrak.com/html/brochure/brochure3.html>.

[2541, 22 สิงหาคม]

ทิตา ณ นคร.(ม.ป.ป.) เด็กถูกทอดทิ้งและเด็กกำพร้า.(อัดสำเนา)

บุญเรียง ขจรศิลป์.2539. สถิติวิจัย 1.พิมพ์ครั้งที่ 6.กรุงเทพมหานคร:ห้างหุ้นส่วนจำกัด พี.เอ็น.

การพิมพ์.

ประคอง กรวรรณสุต.2538. สถิติเพื่อการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์.พิมพ์ครั้งที่ 2.กรุงเทพมหานคร:

สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

พยอม อิงคตานุวัฒน์.2524. จิตวิทยาพัฒนาการเด็ก. พิมพ์ครั้งที่ 3.กรุงเทพมหานคร:โครงการ

ตำราศิริราช มหาวิทยาลัยมหิดล.

พรณี ชูทัยเจนจิต.2522. จิตวิทยาการเรียนการสอน. กรุงเทพมหานคร : วรภูมิการพิมพ์.

พรณี ชูทัยเจนจิต. 2526. อิทธิพลของพันธุกรรมและสภาพแวดล้อมต่อพัฒนาการวัยเด็ก.

กรุงเทพมหานคร:มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.

พวงรัตน์ ทวีรัตน์.2540.วิธีการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์.พิมพ์ครั้งที่ 7

กรุงเทพมหานคร:สำนักทดสอบทางการศึกษาและจิตวิทยามหาวิทยาลัยศรีนครินทร

วิโรฒ ประสานมิตร.

พัศนีย์ รัตนโสภาส. 2531.ผลของการกระตุ้นโดยการสัมผัสที่มีต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการ

ของทารกในสถานสงเคราะห์เด็กก่อนพญาไท.วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล.

พริยา ธาราพิสุทธิกุล. 2529.การศึกษาลักษณะพื้นฐานอารมณ์ของทารกและปัจจัยบางประการ

ที่เกี่ยวข้อง ณ โรงพยาบาลเด็ก กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล.

- ปณิขกา จีรพรชัย. 2539. ผลการฝึกปฏิสัมพันธ์ของบิดามารดาที่มีต่อสัมพันธภาพกับบุตรที่เรียน  
ซ้ำ.วิทยานิพนธ์ ปริญญาโทบริหารจิต คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ประชาสงเคราะห์,กรม. 2530. รายงานผลการสำรวจวิจัยเด็กที่ถูกทอดทิ้งไว้ตามโรงพยาบาลและ  
สถานพยาบาลที่วราชอาณาจักร.กรุงเทพมหานคร: กรมประชาสงเคราะห์.
- ประโยชน์ บุญสินสุข. 2538. ชุดแนะแนวสุขภาพประชาชน : คู่มือการนวด. กรุงเทพมหานคร.
- ยุวดี ทัดตินาพานิช. 2539. การศึกษาความสัมพันธ์ของพื้นฐานอารมณ์และสถานภาพทาง  
เศรษฐกิจสังคมกับพัฒนาการการโต้ตอบของมารดาที่มีต่อทารก.วิทยานิพนธ์ปริญญา  
มหาบัณฑิต คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- รัตนา รักษ์สันติภักดี. 2543. การพัฒนาโปรแกรมการส่งเสริมอัตโนมัติสำหรับเด็กกำพร้าวัย  
อนุบาลในสถานสงเคราะห์เด็กอ่อนพญาไท กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญา  
มหาบัณฑิต คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ลักษณะ ดันดีลีปกร. 2527. คุณภาพของครูพี่เลี้ยงในสถานเลี้ยงเด็กกลางวันก่อนวัยเรียนของ  
กรุงเทพมหานครแลเอกชน. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารจิต คณะวิทยาศาสตร์  
มหาวิทยาลัยมหิดล.
- วรัตมา สุขวัฒนานันท์. 2530. การศึกษาเปรียบเทียบพื้นฐานอารมณ์ของเด็กก่อนวัยเรียนตาม  
ลักษณะปัจจัยด้านเศรษฐกิจสังคมและการเลี้ยงดู.วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารจิต  
มหาวิทยาลัยมหิดล.
- วิไล เลิศธรรมเทวี. 2544. การนวดสัมผัสทารก:สัมผัสสกาย-สัมผัสใจ[Online] กรุงเทพมหานคร:  
 มหาวิทยาลัยมหิดล. แหล่งที่มา :[http://www. ns.mahidol.ac.th/pedriatic08.htm](http://www.ns.mahidol.ac.th/pedriatic08.htm).  
 [ 2544,28 ธันวาคม ]
- วาโนช วามานนท์. 2538. การนวดไทยสำหรับชาวบ้าน. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์องค์การ  
 สงเคราะห์ทหารผ่านศึก.
- สหทัยมูลนิธิ.2535. สรุปประสบการณ์โครงการส่งเสริมพัฒนาการเด็กในสถานสงเคราะห์เด็กอ่อน  
ปากเกร็ด.(อัดสำเนา)
- สมบัติ ตาปัญญา. 2528. สัมผัสแห่งความรัก ศิลปการนวดแบบไทย. กรุงเทพมหานคร :  
 สำนักพิมพ์แสงตะเกียง.
- สุชา จันทร์เอม.2520. พัฒนาการเด็ก. กรุงเทพมหานคร:สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช.
- สุภาพวรรณ ไครตจรัส.2527. จิตวิทยาในการดำรงชีวิต. คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.



- Bornstein, M. H., & Lamb, M. E. 1988. Development psychology. (2 nd ed.). New Jersey: Erlbaum.
- Bornstein, M. H., & Lamb, M. E. 1992. Development in infancy : An introduction. (3 rd ed.). New York : McGraw – Hill.
- Braungart, J. M., Plomin, R., Defries, J. C., & Fulker, D. W. 1992. "Genetic influence on tester- rate infant temperament as assessed by Bayley's infant behavior record : Nonadoptire and adoptive sibling and twins". Developmental Psychology, 28, 40-47.
- Carey, W. B. 1970. "A simplified method of measuring infant temperment". Journal of Pediatrics, 77, 188 – 194.
- Carey, W. B. and McDevitt, Sean C. 1978. "Revision of the infant temperament questionnaire." Pediatrics, 61(May, 1978):735-739.
- Carla Steptoe. 2000. Benefits of infant or baby massage. [Online]. Loving touch foundation, Canada. Available from: <http://www.lovingtouch.com/home.html>. [2000, July 4]
- Chess, S. 1967. Temperament in the normal infant. New York : Brunner Mazel.
- Cole, M., & Cole, S. R. 1989. The development of children. New York : United Nation.
- Dunn, J., & Kendrick, C. 1982. Temperament differences, family relationship and young children's response to change within the family. In Ciba Foundation. Temperament differences in infants and young children. London : Pitman.
- English, H.B. 1957 . Comprehensive dictionary of psychological and psychoanalytical terms. A guide to usage : Longmans .London : Green and Co., Ltd.
- Fogel, A. (1991) . Infancy . (2 nd ed.) . Saint Paul : West Publishing Company.
- Gander, M. J., & Gardiner, H. W. (1981). Child and adolescent development. Boston : Little, Brown and Company.
- Helen, B. 1985. The developing child. (4 th ed.). New York: Harper & Row.
- Helen, B. 1992. The developing child. (6 th ed.). New York: Harper Collins College.
- Hinde, J. S., & Simson, A. E. 1982. Temperament and relationships. In Ciba Foundation. Temperament differences in infant and young children. London : Pitman.

- Hsu, Soong, W. T., Stigler, J. W., Hong, & Liang. 1981. "The temperament characteristics of chinese babies". Child deveopment. 52,1337-1340.
- Hubert, N. C., Wachs, T. D., Peter. M. P., & Gandour, M. J. 1982. "The study of early temperament : measurement and conceptual issues". Child development. 53, 571 – 600.
- Hurlock, E. B. 1974. Personality development. New York : McGraw-Hill.
- IMA.2000. IMA., Austraria. Available from : <http://www.infantmassage-imis.com.au/>. [2000, July 4]
- Kaplan, P. S. 1991. A child's odyssey : Child and adolescent development. ( 2 nd ed.). New York : United Nations.
- Lerner, J. V., & Lerner, R. W. 1986. Temperament and social interaction in infant and children. SanFrancisco : Jossey- Bass.
- Lerner, R. W. 1975. Concepts and theories of human development. U.S.A. : Addison Wesley.
- Leslie Hope. 2000. Big relief for little people: Infant massage. [Online]. New York : Perfectdealer. <http://www.aperfectdealer.com/nbnews/story5.html>. [2000, July 4]
- Levine, Melvei D. and other. 1983. Develpomental behavior pediatrics. Philadelphia: W.B.Saunders company.
- Maslow, A. H. 1970. Motovation and personality. (2nd ed.). New York : Harper & Rom Publishers.
- Nelms, B. C., & Mullins, R. G. 1982. Growth and development. Englewood Cliffs : Prentice – Hall, Inc.
- Pardew, E. Michelle. 1996. The effects of infant massage on the interactions between high risk infant and their caregivers. Thesis(Ph.D.) Oregon State University.
- Piaget, J. 1965. The moral judgment of the child. London : Free press.
- Plomin, R., & McClearn, G.E. 1994. Nurture and psychology. London : American Psychological Association.
- Rutter, M. 1982. Temperament : Concepts, issues and problem. In Ciba Foundation. Temperamental differences in infants and young children. London : Pitman.

- Shwalb, B. J., Shwall, D. W., & Shoji, J. 1994. "Structure and dimensions maternal perceptions of Japanese Infant temperament". Developmental psychology, 30, 131-141.
- Sperier, J. 1982. Infant massage for developmentally delayed babies. Denver, Coloradounited .Cerebral Palsy.
- Stephen Carroll, Tony Smith .1992 .The complete family guide to healthy living. London: Dorling Kindersley.
- Strong, Carolyn Blythe. 1989. The effect of massage on premature infant. Thesis(Ph.D.)The University Of Arizona.
- Thomas, & Chess, S. 1977. Temperament and development. New York : Brunner/Mazel.
- Yarrow, L. J. 1964. " Separation from parents during early childhood". In Hoffman, M. L., & Hoffman, L. W. Reviwe of child development research. 1, 96 – 97. New York: Russell Sage Foundation.
- Yarrow, J. L. Rybenstein, F.A. Pederson, & Jankowsk, J.M. 1972. "Dimension of early stimulation and their differential effects on infant". Merrill – Palmer Quarterly. 18, 205-218.

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ภาคผนวก ก

### รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

1. รองศาสตราจารย์นายแพทย์ อัมพล สุอำพัน ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สุกัญญา ประจุศิลป์ คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
3. อาจารย์ ดร. พรรณระพี สุทธิวรรณ คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
4. แพทย์หญิงวินัดดา ปิยะศิลป์ แผนกจิตเวชเด็ก โรงพยาบาลเด็กกรุงเทพมหานคร



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



## ภาคผนวก ข

### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบสอบถามพื่นอารมณ์ของทารกในสถานสงเคราะห์เด็ก
2. แบบสังเกตการมีปฏิสัมพันธ์ของทารกในสถานสงเคราะห์เด็ก



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

แบบสอบถามพินิจฉัยของทารก  
ในสถานสงเคราะห์เด็ก



ชื่อเด็ก.....อายุ.....เดือน

ชื่อผู้กรอกแบบสอบถาม.....

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

## คำชี้แจง

1. แบบสอบถามพื้นฐานอารมณ์ของทารกในสถานสงเคราะห์เด็กฉบับนี้เป็นแบบสอบถามสำหรับถามผู้ดูแลเด็กเกี่ยวกับพฤติกรรมของทารกอายุ 4-10 เดือน ที่มีพฤติกรรมแสดงออกใน 12 สถานการณ์ ดังนี้
  - 1.1 การนอนหลับ
  - 1.2 การกิน
  - 1.3 การขับถ่าย
  - 1.4 การเปลี่ยนผ้าอ้อมและการแต่งตัว
  - 1.5 การอาบน้ำ
  - 1.6 การตัดเล็บ,หวีผม,ล้างหน้า,สระผมและการกินยา
  - 1.7 การไปพบแพทย์
  - 1.8 ยามเจ็บป่วย
  - 1.9 การมีปฏิกริยาโต้ตอบกับเสียง,แสงไฟและการสัมผัส
  - 1.10 การโต้ตอบกับบุคคลอื่น
  - 1.11 การพบสถานที่ใหม่และสถานการณ์ใหม่
  - 1.12 การเล่น
2. แบบสอบถามฉบับนี้มีทั้งหมด 50 ข้อ แต่ละข้อมี 3 ตัวเลือก ได้แก่ ก. , ข. และ ค. ให้ทำเครื่องหมาย ✓ หน้าตัวเลือกที่ตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด

### ตัวอย่าง

#### การกิน

1. เด็กกินอาหารในปริมาณที่เท่ากันทุกมื้อหรือไม่
  - ก. เท่ากันทุกมื้อ
  - ข. บางครั้งเท่ากัน บางครั้งไม่เท่ากัน
  - ค. เด็กไม่เคยกินอาหารในปริมาณที่เท่ากันเลย

## แบบสอบถามพื้นฐานของทารก

### การนอนหลับ

1. โดยปกติเด็กนอนหลับและนอนกลางวันเป็นเวลาหรือไม่
  - ก. เด็กนอนหลับเป็นเวลา (เวลานอนต่างกันไม่เกินครึ่งชั่วโมง)
  - ข. บางครั้งนอนหลับเป็นเวลา บางครั้งไม่เป็นเวลา
  - ค. ไม่เคยนอนหลับเป็นเวลา มีการเปลี่ยนแปลงเวลานอนอยู่เสมอ
2. โดยปกติเด็กตื่นนอนเป็นเวลาหรือไม่
  - ก. เด็กตื่นนอนเป็นเวลา (เวลาตื่นต่างกันไม่เกินครึ่งชั่วโมง)
  - ข. บางครั้งเป็นเวลา บางครั้งไม่เป็นเวลา
  - ค. ไม่เคยตื่นนอนเป็นเวลา (เวลาตื่นต่างกันมากกว่า 2 ชั่วโมง)
3. ในเวลาก่อนนอนและหลังจากตื่นนอน อารมณ์ของเด็กจะเป็นอย่างไร
  - ก. เด็กจะมีอารมณ์ดี
  - ข. เด็กจะงอแงเป็นบางครั้ง
  - ค. เด็กจะร้องไห้งอแงเป็นประจำ
4. ในขณะที่หลับ ลักษณะการนอนหลับของเด็กจะเป็นอย่างไร
  - ก. เด็กจะนอนคั่นมาก
  - ข. เด็กจะนอนคั่นเล็กน้อย
  - ค. เด็กจะนอนในท่าเดิมจนกระทั่งตื่นนอน
5. เมื่อเปลี่ยนเวลาหรือสถานที่ในการนอน การปรับตัวของเด็กจะเป็นอย่างไร
  - ก. เด็กจะปรับตัวได้ง่ายและนอนหลับได้ตามปกติในเวลาเพียง 1-2 วัน
  - ข. การปรับตัวของเด็กมีรูปแบบที่ไม่แน่นอนบางครั้งปรับตัวง่ายบางครั้งปรับตัวยาก
  - ค. เด็กจะร้องกวนงอแงต้องใช้เวลาอย่างน้อย 3 วันในการปรับตัวให้นอนหลับตามปกติ

### การกิน

6. เด็กหิวนมเป็นเวลาหรือไม่
  - ก. เด็กหิวนมเป็นเวลา (ต่างกันไม่เกิน 1 ชั่วโมง)
  - ข. บางครั้งเป็นเวลา บางครั้งไม่เป็นเวลา
  - ค. เด็กหิวนมไม่เป็นเวลาเลย

7. เด็กดื่มนมในปริมาณที่เท่ากันทุกมื้อหรือไม่
- ก. เด็กดื่มนมในปริมาณที่เท่าๆ กันทุกมื้อ (ต่างกันไม่เกิน 2 ออนซ์)
  - ข. บางครั้งเท่ากัน บางครั้งไม่เท่ากัน
  - ค. เด็กดื่มนมในปริมาณที่แตกต่างกันไปในแต่ละมื้อ
8. การปรับตัวของเด็กจะเป็นอย่างไรเมื่อเปลี่ยนเวลาในการป้อนอาหารหรือให้นม
- ก. เด็กจะปรับตัวได้โดยง่าย ภายใน 1-2 ครั้ง หลังการเปลี่ยนเวลาให้อาหาร
  - ข. เด็กปรับตัวได้ช้า ต้องใช้เวลาหลายครั้ง หลังการเปลี่ยนเวลาให้อาหาร
  - ค. เด็กปรับตัวได้ยาก ต้องใช้เวลานานในการปรับตัว
9. เมื่อมีการหยุดป้อนอาหารหรือนมชั่วคราว อารมณ์ของเด็กจะเป็นอย่างไร
- ก. เด็กยังมีอารมณ์ดี สามารถรับประทานอาหารต่อไปได้
  - ข. การแสดงออกทางอารมณ์ของเด็กเป็นไปอย่างไม่แน่นอน คาดเดาไม่ได้
  - ค. เด็กจะร้องไห้หงุดหงิด ไม่ยอมรับประทานอาหารต่อไป
10. ลักษณะการดูดนมของเด็กเป็นอย่างไร
- ก. เด็กจะดูดนมอย่างมีพลังและดูดได้แรง
  - ข. เด็กดูดนมด้วยกำลังปานกลาง
  - ค. เด็กดูดนมแบบอ่อนแรงและหยุดดูดเป็นพักๆ
11. ในระหว่างป้อนอาหารเด็กจะมีท่าทางอย่างไร
- ก. เด็กจะขยับตัว คิ้น ตะขาไปมาอยู่ตลอดเวลาในระหว่างป้อนอาหาร
  - ข. เด็กจะขยับตัว คิ้น ตะขาไปมาเป็นบางครั้ง
  - ค. เด็กจะนอนเฉยในระหว่างป้อนอาหาร
12. เมื่อหิวเด็กจะมีพฤติกรรมอย่างไร
- ก. เด็กจะร้องไห้เสียงดังเสมอ
  - ข. เด็กมีพฤติกรรมไม่แน่นอน บางครั้งก็ไม่แสดงอาการอะไร บางครั้งก็ร้องไห้รุนแรง
  - ค. เด็กจะร้องไห้แต่ไม่ร้องเสียงดัง
13. หลังจากรับประทานอาหารแล้วเด็กจะมีพฤติกรรมอย่างไร
- ก. เด็กจะยิ้มและหัวเราะ
  - ข. พฤติกรรมเด็กเป็นไปอย่างไม่แน่นอน บางครั้งอยู่เฉยๆ ไม่แสดงออก บางครั้งก็ร้องไห้แง
  - ค. เด็กอแงและไม่ต้องการให้ใครมาช่วย

14. เมื่อเด็กอ้วม เด็กจะมีพฤติกรรมอย่างไร
- ก. เด็กจะเม้มปาก กัดซ้อน หรือพ่นอาหารออกมา
  - ข. พฤติกรรมการแสดงออกของเด็กเป็นไปอย่างไม่แน่นอน
  - ค. เด็กจะหันหน้าหนีปล่อยให้อาหารไหลย้อนออกจากปาก
15. เมื่อป้อนอาหารชนิดใหม่แก่เด็ก เด็กจะมีพฤติกรรมการตอบสนองอย่างไร
- ก. เด็กยอมกินอาหารชนิดใหม่ได้ง่ายโดยไม่แง
  - ข. พฤติกรรมการตอบสนองของเด็กเป็นไปอย่างไม่แน่นอน
  - ค. เด็กจะปฏิเสธอาหารชนิดใหม่เป็นประจำ เช่น ทำหน้าแะ พ่นอาหารออกจากปาก ฯลฯ
16. เมื่อรับประทานอาหารชนิดใหม่ อารมณ์ของเด็กจะเป็นอย่างไร
- ก. ไม่ว่าจะยอมรับหรือไม่ยอมรับอาหารก็ตามเด็กยังคงมีปฏิกิริยาที่ร่าเริงแจ่มใส
  - ข. การแสดงออกทางอารมณ์ของเด็กเป็นไปอย่างไม่แน่นอน
  - ค. ไม่ว่าจะเด็กจะยอมรับอาหารหรือไม่ยอมรับก็ตามเด็กจะแสดงออกอย่างไม่มีความสุข เช่น ร้องไห้
17. การตอบสนองของเด็กต่ออาหารชนิดใหม่เป็นไปอย่างรุนแรงหรือไม่
- ก. เด็กจะแสดงออกว่ายอมรับหรือไม่ยอมรับอาหาร อย่างรุนแรงเช่น หัวเราะ เม้มปาก หรือร้องไห้
  - ข. พฤติกรรมการตอบสนองของเด็กเป็นไปอย่างไม่แน่นอน
  - ค. เด็กมีการตอบสนองไม่รุนแรง เพียงแค่อ้วม ทำหน้าแะหรืออาจไม่แสดงออกเลย
18. หลังจากลองรับประทานอาหารชนิดใหม่แล้ว พฤติกรรมการตอบสนองของเด็กจะเป็นอย่างไร
- ก. เด็กจะยอมรับอาหารนั้น
  - ข. ยอมรับอาหารแค่บางอย่าง อาหารบางอย่างก็ไม่ยอมรับ
  - ค. ไม่ยอมรับอาหารใหม่เลย แม้ว่าจะลองชิมแล้วหลายครั้ง
19. พฤติกรรมการตอบสนองของเด็กจะเป็นอย่างไร เมื่อมีการเปลี่ยนปริมาณ, ชนิดหรือเวลาในการป้อนอาหาร
- ก. เด็กจะยอมรับอาหารนั้น
  - ข. พฤติกรรมการตอบสนองของเด็กเป็นไปอย่างไม่แน่นอน บางครั้งยอมรับ บางครั้ง ไม่ยอมรับ
  - ค. เด็กยอมรับการเปลี่ยนปริมาณชนิดหรือเวลาในการป้อนอาหารได้ยาก

#### การขับถ่าย

20. โดยปกติเมื่อเด็กถ่ายอุจจาระเด็กจะมีปฏิกิริยาอย่างไร
- ก. เด็กมักจะร้องไห้
  - ข. เด็กจะร้องไห้เป็นบางครั้ง
  - ค. เด็กมักไม่ค่อยร้องไห้ และมักแสดงว่ามีความสุข ยิ้ม ฯลฯ อยู่เสมอ

21. เด็กถ่ายเป็นเวลาหรือไม่
- ก. เด็กถ่ายเป็นเวลา (ห่างกันไม่เกิน 1 ชั่วโมง)
  - ข. บางครั้งถ่ายเป็นเวลา บางครั้งไม่เป็นเวลา
  - ค. เด็กมักจะถ่ายไม่เป็นเวลา

22. เมื่ออุจจาระเลอะผ้าอ้อม อารมณ์ของเด็กจะเป็นอย่างไร
- ก. เด็กมักจะร้องแงเมื่อถ่ายเลอะผ้าอ้อม
  - ข. เด็กร้องไห้แงเป็นบางครั้ง
  - ค. เด็กมักจะไม่งแงเมื่อถ่ายอุจจาระเลอะผ้าอ้อม

23. เมื่อผ้าอ้อมเปียกที่อารมณ์ของเด็กจะเป็นอย่างไร
- ก. เด็กมักจะร้องแงเมื่อผ้าอ้อมเปียก
  - ข. เด็กร้องไห้แงในบางครั้ง
  - ค. เด็กไม่ร้องไห้แงเลย

24. เด็กมีพฤติกรรมตอบสนองอย่างไรเมื่อผ้าอ้อมเปียก
- ก. เด็กร้องไห้เสียงดัง เมื่อผ้าอ้อมเปียก
  - ข. พฤติกรรมตอบสนองของเด็กเป็นไปอย่างไม่แน่นอน
  - ค. เด็กมักจะร้องไห้โยเยเล็กน้อย

#### การเปลี่ยนผ้าอ้อมและการแต่งตัว

25. เด็กจะแสดงอาการอย่างไร ในขณะที่เปลี่ยนผ้าอ้อมหรือแต่งตัว
- ก. เด็กจะคั่งอยู่ไม่นั่ง
  - ข. เด็กจะคั่งบ้างเป็นบางครั้ง
  - ค. เด็กมักจะนอนเฉย ๆ

26. ในเวลาเปลี่ยนผ้าอ้อม หรือแต่งตัว อารมณ์ของเด็กจะเป็นอย่างไร
- ก. เด็กจะมีอารมณ์ดี
  - ข. การแสดงออกทางอารมณ์ของเด็กเป็นไปอย่างไม่แน่นอน
  - ค. เด็กมักจะร้องไห้แง

27. เวลาเปลี่ยนผ้าอ้อมหรือแต่งตัวพฤติกรรมตอบสนองของเด็กเป็นไปอย่างรุนแรงหรือไม่
- ก. เด็กจะตอบสนองอย่างชัดเจนเมื่อถึงเวลาเปลี่ยนผ้าอ้อมหรือแต่งตัว เช่น หัวเราะหรือร้องไห้
  - ข. พฤติกรรมตอบสนองของเด็กเป็นไปอย่างไม่แน่นอน
  - ค. เด็กให้ความร่วมมือดี ไม่แสดงอารมณ์อย่างชัดเจน เช่น ยิ้มเพียงเล็กน้อย หรือแงเพียงเล็กน้อย

### การอาบน้ำ

28. ในเวลาอาบน้ำ อารมณ์ของเด็กจะเป็นอย่างไร
- ก. เด็กมักจะยิ้มหรือหัวเราะว่าเร็วเวลาอาบน้ำ
- ข. การแสดงออกทางอารมณ์ของเด็กเป็นไปอย่างไม่แน่นอนบางครั้งก็เฉย ๆ
- ค. เด็กมักจะร้องไห้หรืออแง
29. การแสดงออกของเด็กว่าชอบ หรือไม่ชอบการอาบน้ำนั้นเป็นไปอย่างรุนแรงหรือไม่
- ก. เด็กจะแสดงออกอย่างชัดเจนและตื่นเต้นเพื่อแสดงว่าเด็กชอบหรือไม่ชอบการอาบน้ำ
- ข. แสดงออกปานกลาง
- ค. การแสดงออกไม่รุนแรง ไม่ตื่นเต้น
30. ในขณะที่อาบน้ำเด็กจะแสดงท่าทางอย่างไร
- ก. ในขณะที่อาบน้ำ เด็กจะเตะน้ำหรือทำน้ำกระจาย
- ข. พฤติกรรมการแสดงออกในขณะที่อาบน้ำจะเป็นไปอย่างพอประมาณไม่มากเกินไป
- ค. นอนนิ่งๆ หรือเคลื่อนไหวเพียงเล็กน้อย
31. เมื่อเด็กได้ลองอาบน้ำแล้วสัก 2-3 ครั้ง เด็กยินยอมให้อาบน้ำในครั้งต่อไปหรือไม่
- ก. เด็กยินยอม
- ข. บางครั้งยินยอม บางครั้งไม่ยินยอม
- ค. เด็กยังคงไม่ยินยอมแม้ว่าจะผ่านมา 2 สัปดาห์แล้วก็ตาม

### การตัดเล็บ,หวีผม,ล้างหน้า,สระผมและการกินยา

32. เด็กมีท่าทางขัดขืนหรือไม่ ในขณะที่ตัดเล็บ หวีผม ล้างหน้า สระผมและให้ยา
- ก. เด็กไม่ขัดขืน
- ข. พฤติกรรมการตอบสนองของเด็กเป็นไปอย่างไม่แน่นอนบางครั้งขัดขืน บางครั้งไม่ขัดขืน
- ค. เด็กมักจะร้องไห้หรืออแงเสมอ
33. เมื่อเด็กได้ตัดเล็บ หวีผม ล้างหน้า สระผมและกินยาสัก 2-3 ครั้ง ในครั้งต่อไปเด็กจะยินยอมให้ตัดเล็บ หวีผม ล้างหน้า สระผมและกินยา อีกหรือไม่
- ก. เด็กยินยอม
- ข. บางครั้งยินยอม บางครั้งไม่ยินยอม
- ค. ยังคงไม่ยินยอมแม้ว่าได้ลองทำแล้วประมาณ 2-3 ครั้ง



34. ในขณะที่ตัดเล็บ หวีผม ล้างหน้า สระผมและให้ยา เด็กจะมีอารมณ์เป็นอย่างไร

- ก. เด็กมีอารมณ์แจ่มใส
- ข. เฉย ๆ หรือมีการแสดงออกทางอารมณ์ไม่แน่นอน
- ค. เด็กมักจะร้องไห้แง

#### การไปพบแพทย์

35. พฤติกรรมการแสดงออกของเด็กจะเป็นอย่างไรเมื่อมีการตรวจร่างกาย

- ก. เด็กจะขี้มและแสดงความเป็นมิตรกับหมอ
- ข. พฤติกรรมการแสดงออกของเด็กเป็นไปอย่างไม่แน่นอน บางครั้งขี้ม บางครั้งร้องไห้
- ค. เด็กจะหงุดหงิดโยเย ตลอดเวลา

36. พฤติกรรมการตอบสนองของเด็กเมื่อถูกทักทายจะเป็นอย่างไร

- ก. เด็กจะร้องไห้เสียงดังและร้องไห้นานมาก
- ข. พฤติกรรมการตอบสนองของเด็กเป็นไปอย่างไม่แน่นอนบางครั้งร้องไห้ บางครั้งไม่ร้องไห้
- ค. เด็กร้องไห้ไม่เกิน 1 นาที

#### ยามเจ็บป่วย

37. เมื่อไม่สบายเด็กจะมีอารมณ์เป็นอย่างไร

- ก. เด็กจะร้องไห้แงตลอดเวลา
- ข. การแสดงออกเป็นไปอย่างไม่แน่นอน
- ค. เด็กร้องไห้บ้างแต่ส่วนใหญ่จะหงุดหงิดเล็กน้อย ไม่ได้ร้องกวน

#### การมีปฏิกิริยาโต้ตอบกับเสียง แสง และการสัมผัส

38. เมื่อเด็กได้ยินเสียงที่ดังและเห็นแสงที่สว่างจ้า เด็กจะมีปฏิกิริยาโต้ตอบที่รุนแรงหรือไม่

- ก. เด็กจะมีปฏิกิริยาโต้ตอบที่รุนแรง เช่น สะดุ้ง ตกใจหรือร้องไห้เสียงดัง
- ข. บางครั้งมีปฏิกิริยาโต้ตอบที่รุนแรง บางครั้งไม่รุนแรง
- ค. เด็กมีปฏิกิริยาโต้ตอบที่ไม่รุนแรงคือ อาจร้องไห้เล็กน้อยหรือไม่ร้องไห้เลย

39. เมื่อเด็กเห็นแสงหรือได้ยินเสียงในลักษณะเดิมซ้ำอีกเด็กจะมีปฏิกิริยาโต้ตอบมากเท่าเดิมหรือไม่

- ก. เด็กจะมีปฏิกิริยาโต้ตอบลดลงจากครั้งแรก
- ข. พฤติกรรมการโต้ตอบของเด็กเป็นไปอย่างไม่แน่นอน
- ค. เด็กมีปฏิกิริยาโต้ตอบเท่าเดิม

### การโต้ตอบกับบุคคลอื่น

40. ในครั้งแรกที่พบคนแปลกหน้า เด็กจะมีปฏิกิริยาโต้ตอบอย่างไร
- ก. แสดงท่าที่เป็นมิตร เช่น ยิ้มให้
  - ข. ปฏิกิริยาโต้ตอบของเด็กเป็นไปอย่างไม่แน่นอน
  - ค. เด็กจะปฏิเสธหรือถอยหนีจากคนแปลกหน้า
41. เด็กจะมีปฏิกิริยาโต้ตอบอย่างเด่นชัดหรือไม่เมื่อพบคนแปลกหน้าในครั้งแรก
- ก. ปฏิกิริยาโต้ตอบของเด็กเป็นไปอย่างเด่นชัด เช่น ร้องไห้หรือหัวเราะ
  - ข. ปฏิกิริยาโต้ตอบของเด็กเป็นไปอย่างไม่แน่นอน
  - ค. เด็กมีปฏิกิริยาโต้ตอบเพียงเล็กน้อย เช่น ทำหน้านิ่งหรือยิ้มเพียงเล็กน้อย
42. โดยปกติเมื่อพบคนคุ้นเคยเด็กจะมีปฏิกิริยาโต้ตอบอย่างไร
- ก. แสดงท่าที่เป็นมิตร เช่น ยิ้ม หัวเราะ ฯลฯ
  - ข. ปฏิกิริยาโต้ตอบของเด็กเป็นไปอย่างไม่แน่นอน
  - ค. โดยปกติเด็กจะทำหน้านิ่ง ไม่เป็นมิตร หรืออาจยิ้มเพียงเล็กน้อย
43. เด็กจะมีปฏิกิริยาโต้ตอบกับคนคุ้นเคยอย่างเด่นชัด หรือไม่
- ก. เด็กจะมีปฏิกิริยาโต้ตอบกับคนคุ้นเคยอย่างเด่นชัด เช่น ร้องไห้หรือหัวเราะ
  - ข. ปฏิกิริยาโต้ตอบของเด็กเป็นไปอย่างไม่แน่นอน
  - ค. เด็กมีปฏิกิริยาโต้ตอบเพียงเล็กน้อย เช่น ทำหน้านิ่งหรือยิ้มเพียงเล็กน้อย

### ปฏิกิริยาต่อสถานที่ใหม่และสถานการณ์ใหม่

44. ครั้งที่ไปในสถานที่ใหม่ ๆ เด็กจะยอมรับสถานที่นั้นได้หรือไม่
- ก. เด็กจะยอมรับสถานที่ใหม่และทำตัวสนุกสนานได้ภายในเวลาไม่กี่นาที
  - ข. บางครั้งยอมรับได้ บางครั้งยอมรับไม่ได้
  - ค. เด็กจะปฏิเสธไม่ยอมรับสถานที่ใหม่ ๆ
45. หลังจากอยู่ในสถานที่ใหม่หรือสถานการณ์ใหม่ไปสักระยะหนึ่ง เด็กจะยอมรับได้หรือไม่
- ก. เด็กจะยอมรับความเปลี่ยนแปลงนั้นได้ง่ายขึ้น
  - ข. บางครั้งก็ยอมรับได้ บางครั้งก็ยอมรับไม่ได้
  - ค. ยอมรับได้ยาก

### การเล่น

46. เมื่อเด็กได้ของเล่นชิ้นใหม่เด็กจะมีปฏิกิริยาอย่างไร
- ก. หยิบของเล่นชิ้นใหม่ขึ้นมาเล่นทันที
  - ข. ปฏิกิริยาต่อของเล่นเป็นไปอย่างไม่แน่นอน
  - ค. เด็กปฏิเสธไม่ยอมเล่นของเล่น
47. หากเด็กปฏิเสธของเล่นชิ้นใหม่ ในครั้งแรก เด็กจะยอมรับและเล่นของเล่นชิ้นนั้นในเวลาต่อมาหรือไม่
- ก. เด็กจะยอมรับของเล่นชิ้นนั้นในเวลาต่อมาไม่นาน
  - ข. การปฏิเสธและการยอมรับของเล่นเป็นไปอย่างไม่แน่นอน
  - ค. เด็กจะยอมรับของเล่นชิ้นใหม่ได้ช้ามาก
48. กิจกรรมการเล่นของเด็กเป็นอย่างไร
- ก. เด็กมีกิจกรรมการเล่นที่มีการเคลื่อนไหวมาก เช่น ตะขา หมุนแขน ฯลฯ และมักจะเป็นกิจกรรมในการสำรวจ การอยากรู้อยากเห็น ฯลฯ
  - ข. กิจกรรมการเล่นของเด็กเป็นไปอย่างไม่แน่นอน
  - ค. โดยปกติเด็กจะนอนเงียบๆ ในขณะที่เล่น และมีการสำรวจเพียงเล็กน้อย
49. ในขณะที่เล่นของเล่น อารมณ์ของเด็กจะเป็นอย่างไร
- ก. เด็กจะเล่นของเล่นไปพร้อมกับหัวเราะหรือยิ้มแย้มอยู่เสมอ
  - ข. การแสดงออกทางอารมณ์ของเด็กเป็นไปอย่างไม่แน่นอน
  - ค. เด็กมักหงุดหงิดหรืออารมณ์ไม่ดีในระหว่างเล่น
50. ในขณะที่เล่นการตอบสนองของเด็กจะเป็นอย่างไร
- ก. เด็กจะไม่อยู่นิ่งมีการเคลื่อนไหวไปมา และมีการส่งเสียงดังหรือหัวเราะในขณะที่เล่น
  - ข. การตอบสนองไม่แน่นอนแต่จะอยู่ระหว่างข้อ ก. และ ค.
  - ค. เด็กจะเล่นอย่างเงียบ ๆ และสงบ

แบบสังเกตการณ์ปฏิสัมพันธ์ของทารก  
ในสถานสงเคราะห์เด็ก



ชื่อเด็ก.....อายุ.....เดือน

ชื่อผู้ดูแลเด็ก.....

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

เริ่มสังเกตตั้งแต่วันที่.....ถึง.....รวม.....ชั่วโมง.....นาที

ผู้สังเกต.....

### คำชี้แจง

1. แบบสังเกตการมีปฏิสัมพันธ์ของทารกฉบับนี้ใช้สังเกตทารกอายุ 4-10 เดือนที่อยู่ในการดูแลของสถานสงเคราะห์เด็ก
2. แบบสังเกตนี้มีจำนวน 23 ข้อเป็นแบบสังเกตที่ใช้สังเกตการแสดงพฤติกรรมโต้ตอบของทารกในขณะที่ผู้ดูแลเด็กร่วมกิจกรรมการเล่นกับทารก โดยพฤติกรรมโต้ตอบของทารกที่ทำการสังเกตมี 2 ด้าน ดังนี้
  - 2.1 การแสดงพฤติกรรมโต้ตอบของทารกต่อกิจกรรมการเล่น มีจำนวน 10 ข้อ
  - 2.2 การแสดงพฤติกรรมโต้ตอบของทารกต่อผู้ดูแลเด็ก มีจำนวน 13 ข้อ
3. การบันทึกการสังเกตให้ใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง **ใช่** หรือ **ไม่ใช่** ตามการเกิดพฤติกรรมการมีปฏิสัมพันธ์ที่ตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด

### ตัวอย่าง

พฤติกรรมการมีปฏิสัมพันธ์	ใช่	ไม่ใช่
1. ผู้ดูแลเด็กอุ้มทารกเมื่อทารกร้องไห้	✓	
2. ทารกส่งเสียงอ้อแอ้กับผู้ดูแลเด็ก		✓

## แบบสังเกตการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก

พฤติกรรมที่มีปฏิสัมพันธ์	ใช่	ไม่ใช่
การแสดงพฤติกรรมโต้ตอบของทารกต่อกิจกรรมการเล่น		
1. ทารกถือตามองของเล่นในขณะที่เล่น		
2. ทารกเบิกตากว้างแสดงท่าทางสนใจในการเล่น		
3. ทารกเคลื่อนไหวร่างกายตะแคงขาไปมา อย่างน้อย 5-10 ครั้งในขณะที่เล่น		
4. ทารกแสดงออกอย่างชัดเจนว่าการเคลื่อนไหวของทารกนั้นเกิดจากการตอบสนองต่อกิจกรรมการเล่น เช่น เอื้อมมือไปหยิบของเล่น คาบของเล่น เขย่าของเล่น ฯลฯ		
5. ทารกส่งเสียงอ้อแอ้ในขณะที่เล่น		
6. ทารกขยับในขณะที่เล่น		
7. ทารกหัวเราะในขณะที่เล่น		
8. ทารกขมวดคิ้วในขณะที่เล่น		
9. ทารกทำหน้าบึ้งในขณะที่เล่น		
10. ทารกยินยอมเล่นของเล่นที่ผู้ดูแลเด็กจัดให้		
รวม		

## แบบสังเกตการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก

พฤติกรรมการมีปฏิสัมพันธ์	ใช่	ไม่ใช่
การแสดงผลพฤติกรรมโต้ตอบของทารกต่อผู้ดูแลเด็ก		
1. ทารกจ้องหน้าผู้ดูแลเด็ก ในขณะที่ผู้ดูแลเด็กใช้คำพูดและท่าทางในการกระตุ้นพฤติกรรมทารก		
2. เมื่อผู้ดูแลเด็กเปลี่ยนตำแหน่ง ทารกมองตามเพื่อสบตาผู้ดูแลเด็ก		
3. ทารกมองหน้าหรือสบตาเมื่อผู้ดูแลเด็กก้มหน้าเข้ามาใกล้ๆ ใบหน้าของเด็ก (โดยห่างจากใบหน้าของเด็ก ประมาณ 8 นิ้ว)		
4. ทารกเคลื่อนไหวร่างกายโดยการขยับแขน-ขา ไปมาเมื่อผู้ดูแลเด็กก้มหน้าเข้ามาใกล้ ๆ หน้าทารก (โดยห่างประมาณ 8 นิ้ว)		
5. ทารกส่งเสียงหรือพูดอ้อแอ้เป็นเวลา 5 วินาที หลังจากผู้ดูแลเด็กพูดกับทารก		
6. ทารกส่งเสียงหรือพูดอ้อแอ้เป็นเวลา 5 วินาที หลังจากผู้ดูแลเด็กสัมผัสทารก		
7. ทารกส่งเสียงหรือพูดอ้อแอ้เป็นเวลา 5 วินาที หลังจากผู้ดูแลเด็กเปลี่ยนการแสดงออกทางสีหน้า		
8. ทารกยิ้มกับผู้ดูแลเด็กเป็นเวลา 5 วินาที หลังจากผู้ดูแลเด็กพูดกับทารก		
9. ทารกยิ้มกับผู้ดูแลเด็กเป็นเวลา 5 วินาที หลังจากผู้ดูแลเด็กสัมผัสทารกหรือหลังจากผู้ดูแลเด็กเปลี่ยนการแสดงออกทางสีหน้า		
10. ทารกมองตามหรือส่งเสียงเป็นเวลา 5 วินาที หลังจากผู้ดูแลเด็กมีการเคลื่อนไหวร่างกาย		
11. ทารกมองตามเสียงของผู้ดูแลเด็ก		
12. ทารกเลียนแบบการแสดงออกทางสีหน้าของผู้ดูแลเด็ก		
13. ทารกหยุดอาการเศร้าเสียใจภายในเวลา 15 วินาที เมื่อผู้ดูแลเด็กปลอบทารก		
รวม		

## ภาคผนวก ค

### ตารางการวิเคราะห์คะแนนพื้นอารมณ์และการมีปฏิสัมพันธ์ ของทารกกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

1. ตารางเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพื้นอารมณ์ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลองและหลังการทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ
2. ตารางเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีปฏิสัมพันธ์ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลองและหลังการทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ
3. ตารางเปรียบเทียบค่ามัธยฐานอันดับของคะแนนพื้นอารมณ์ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ
4. ตารางเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพื้นอารมณ์ 6 ด้านของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ กับคะแนนมาตรฐานของพื้นอารมณ์ทารก
5. ตารางเปรียบเทียบค่ามัธยฐานอันดับของคะแนนการมีปฏิสัมพันธ์ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ
6. ตารางเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพื้นอารมณ์ 6 ด้านของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม หลังการทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ กับคะแนนมาตรฐานของพื้นอารมณ์ทารก

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ตารางที่ 12 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพื้นอารมณ์ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลองและหลังการทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ

ลำดับที่	คะแนนพื้นอารมณ์ก่อนการทดลอง		คะแนนพื้นอารมณ์หลังการทดลอง	
	กลุ่มทดลอง	กลุ่มควบคุม	กลุ่มทดลอง	กลุ่มควบคุม
1	218	212	224	228
2	220	228	160	222
3	178	220	180	220
4	232	222	204	232
5	228	230	206	234
6	224	230	168	242
7	206	204	180	228
8	222	216	190	224
9	270	234	210	228
10	226	226	178	228
11	202	198	170	206
12	218	202	198	214
13	200	160	178	200
14	190	180	176	202
15	218	216	184	200
16	196	196	200	218
17	202	196	178	206
18	230	216	206	224
19	212	222	168	234
20	236	228	184	222
	$\Sigma X_1 = 4,328$	$\Sigma X_2 = 4,236$	$\Sigma X_1 = 3,745$	$\Sigma X_2 = 4,380$
	$\bar{X}_1 = 216.40$	$\bar{X}_2 = 211.8$	$\bar{X}_1 = 187.25$	$\bar{X}_2 = 219$

ตารางที่ 13 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีปฏิสัมพันธ์ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม  
ก่อนการทดลองและหลังการทดลองใช้โปรแกรมการนวดทวารก ฯ

ลำดับที่	คะแนนการมีปฏิสัมพันธ์ก่อนการทดลอง		คะแนนการมีปฏิสัมพันธ์หลังการทดลอง	
	กลุ่มทดลอง	กลุ่มควบคุม	กลุ่มทดลอง	กลุ่มควบคุม
1	11	12	9	16
2	11	4	14	16
3	10	12	14	14
4	9	8	16	14
5	10	8	15	11
6	10	9	21	11
7	13	12	19	8
8	11	8	18	12
9	9	9	14	16
10	11	12	16	15
11	15	12	19	16
12	12	13	18	13
13	18	14	22	14
14	13	14	18	8
15	12	8	18	13
16	12	11	18	18
17	16	13	12	16
18	5	14	20	14
19	13	14	19	15
20	13	13	17	15
	$\Sigma X_1 = 234$	$\Sigma X_2 = 220$	$\Sigma X_1 = 337$	$\Sigma X_2 = 275$
	$\bar{X}_1 = 11.70$	$\bar{X}_2 = 11$	$\bar{X}_1 = 16.85$	$\bar{X}_2 = 13.75$

ตารางที่ 14 เปรียบเทียบค่ามัชฌิมเลขคณิตของคะแนนพื้นอารมณ์ของกลุ่มทดลองและ  
กลุ่มควบคุมก่อนการทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ

ตัวอย่างประชากร	คะแนนพื้นอารมณ์ก่อนการทดลอง		
	$\bar{x}$	S.D.	t
กลุ่มทดลอง	216.40	19.26	0.78*
กลุ่มควบคุม	211.8	18.37	

\* $P < .01$  ( $t_{19} = 2.86$ )

ตารางที่ 15 ผลการเปรียบเทียบค่ามัชฌิมเลขคณิตของคะแนนการมีปฏิสัมพันธ์ของ  
กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนการทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ

ตัวอย่างประชากร	คะแนนการมีปฏิสัมพันธ์ก่อนการทดลอง		
	$\bar{x}$	S.D.	t
กลุ่มทดลอง	11.7	2.70	0.80*
กลุ่มควบคุม	11.00	2.70	

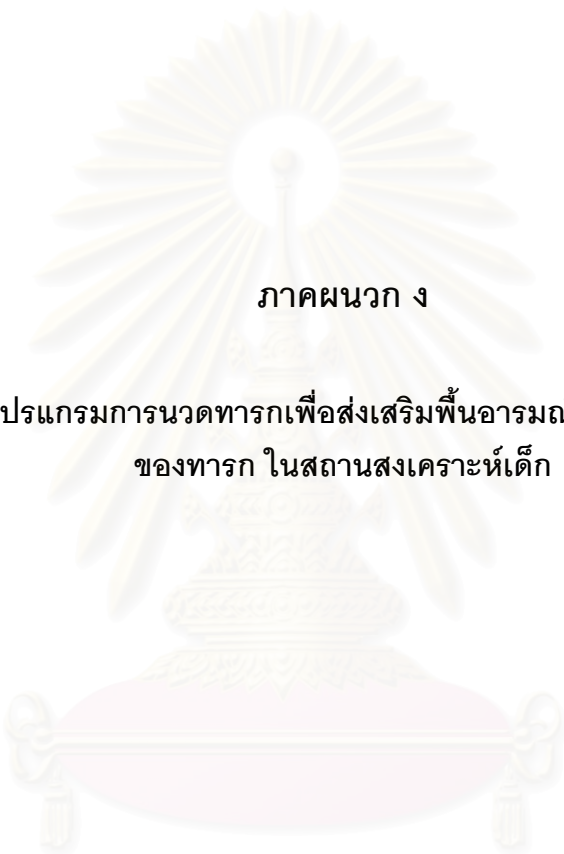
\* $P < .01$  ( $t_{19} = 2.86$ )

ตารางที่ 16 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพื้นอารมณ์ 6 ด้านของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลองกับคะแนนมาตรฐานของพื้นอารมณ์ทารกไทยซึ่งพริยา ธรรมชาติพิสุทธิกุล (2529) ได้ศึกษาไว้

กลุ่มตัวอย่าง	คะแนนพื้นอารมณ์ 6 ด้าน					
	ระดับการเคลื่อนไหวของร่างกาย	ความสม่ำเสมอในการทำหน้าที่ของร่างกาย	ความสามารถในการปรับตัว	การเข้าใกล้และถอยหนีสิ่งเร้า	ความรุนแรงของการตอบสนอง	ลักษณะทางอารมณ์
กลุ่มทดลอง	4.05	4.12	3.92	4.16	3.98	4.12
กลุ่มควบคุม	4.10	4.1	3.83	3.96	3.91	3.38
$\bar{X} + 1 \text{ S.D.}$	5.06	3.68	3.08	3.24	4.00	3.36
$\bar{X}$	4.50	2.86	2.42	2.53	3.41	2.72
$\bar{X} - 1 \text{ S.D.}$	3.94	2.04	1.76	1.76	2.82	2.08

ตารางที่ 17 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพื้นอารมณ์ทั้ง 6 ด้านของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม หลังการทดลองใช้โปรแกรมการนวดทารก ๆ กับคะแนนมาตรฐานของพื้นอารมณ์ทารกไทย ซึ่งพริยา ธรรมชาติพิสุทธิกุล (2529) ได้ศึกษาไว้

กลุ่มตัวอย่าง	คะแนนพื้นอารมณ์ 6 ด้าน					
	ระดับการเคลื่อนไหว	ความสม่ำเสมอในการทำหน้าที่ของร่างกาย	ความสามารถในการปรับตัว	การเข้าใกล้และถอยหนีต่อสิ่งเร้า	ความรุนแรงของการตอบสนอง	ลักษณะทางอารมณ์
กลุ่มทดลอง	3.39	3.65	3.33	3.36	3.77	3.17
กลุ่มควบคุม	4.03	3.89	3.99	3.92	4.02	4.07
$\bar{X} + 1 \text{ S.D.}$	5.06	3.68	3.08	3.24	4.00	3.36
$\bar{X}$	4.50	2.86	2.42	2.53	3.41	2.72
$\bar{X} - 1 \text{ S.D.}$	3.94	2.04	1.76	1.76	2.82	2.08



ภาคผนวก ง

คู่มือการใช้โปรแกรมการนวดทารกเพื่อส่งเสริมพัฒนาการและการมีปฏิสัมพันธ์  
ของทารก ในสถานสงเคราะห์เด็ก

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

**คู่มือการใช้โปรแกรมการนวดทารกเพื่อส่งเสริมพัฒนาการ  
และการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก ในสถานสงเคราะห์เด็ก**



นางสาวศิริภรณ์ ยามดี

ผู้วิจัย

รองศาสตราจารย์ ดร.อุดมลักษณ์ กุลพิจิตร

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

คู่มือการใช้โปรแกรมนี้เป็นส่วนหนึ่งของวิทยานิพนธ์เรื่องการพัฒนาโปรแกรม  
การนวดทารกเพื่อส่งเสริมพัฒนาการและการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก  
ในสถานสงเคราะห์เด็ก

## คำนำ

เด็กทารกเป็นวัยที่มีการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็วและเป็นวัยที่ต้องการการดูแลเอาใจใส่อย่างใกล้ชิด ผู้ให้การเลี้ยงดูควรมีความเข้าใจในเรื่องพัฒนาการของเด็ก พร้อมทั้งตอบสนองความต้องการพื้นฐานของทารกอย่างถูกต้องและเหมาะสม ซึ่งปัจจุบันพบว่านอกจากความต้องการด้านร่างกายแล้ว เด็กทารกยังต้องการการสัมผัส โอบกอดด้วยความรักจากผู้ให้การเลี้ยงดู การนวดทารกจึงเป็นวิธีการหนึ่งที่จะช่วยส่งเสริมให้เกิดความผูกพันระหว่างเด็กทารกกับผู้เลี้ยงดู อีกทั้งการนวดยังมีส่วนช่วยส่งเสริมพัฒนาการด้านต่าง ๆ ของเด็กได้อีกด้วย

คู่มือการใช้โปรแกรมการนวดทารกเพื่อส่งเสริมพัฒนาการและการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก ในสถานสงเคราะห์เด็กฉบับนี้ เป็นการรวบรวมเนื้อหาสาระเกี่ยวกับลักษณะ รูปแบบ ขั้นตอนและวิธีการในการนวดทารก เพื่อเป็นแนวทางสำหรับผู้ที่ใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ ในการพัฒนาความรู้ ความเข้าใจและทักษะในเรื่องการนวดทารก และใช้ประโยชน์ที่ได้จากการประมวลความรู้เพื่อช่วยเหลือเด็กกำพร้าให้ได้รับการพัฒนาอย่างเต็มศักยภาพ

ศิวาภรณ์ ยามดี

ผู้วิจัย

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ตอนที่ 1

### ข้อมูลพื้นฐานก่อนเริ่มใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ

#### 1. พัฒนาการวัยทารก

##### 1.1 พัฒนาการทางด้านร่างกาย

ทารกมีการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็ว เมื่ออายุได้ 5 เดือน จะมีน้ำหนักเป็น 2 เท่าของทารกเมื่อแรกเกิด เมื่ออายุได้ 1 ปี จะมีน้ำหนักเป็น 3 เท่า ของเมื่อแรกเกิดและเมื่ออายุประมาณ 6 เดือน น้ำหนักจะเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว การเห็นและการได้ยินนั้น ทารกจะได้ยินหลังจากการคลอดแล้ว 1 สัปดาห์ ส่วนการมองเห็น เด็กจะมองเห็นเมื่ออายุ 2-3 เดือน เมื่อเข้าเดือนที่ 4 สามารถมองตามวัตถุได้ เริ่มยิ้มตอบกับผู้อื่น และจะใช้สายตาดูได้ดีขึ้นเมื่ออายุประมาณ 6 เดือน

##### 1.2 พัฒนาการทางด้านอารมณ์

เด็กทารกจะมีอารมณ์โกรธเมื่อถูกขัดขวางไม่ให้ทำในสิ่งที่เขาต้องการ อาการของการโกรธคือ เด็กจะส่งเสียงร้องอย่างไม่สงบอารมณ์ ทารกมักจะเริ่มกลัวคนแปลกหน้า กลัวเสียงดัง กลัวสัตว์แปลก ๆ ที่ยังไม่เคยเห็น สถานที่ซึ่งไม่คุ้นเคย กลัวห้องมืด เมื่อเกิดความกลัว ทารกจะถอยหนี ร้องไห้ หันหน้าหนีเพื่อเรียกร้องของความช่วยเหลือจากผู้ใหญ่ ในบางครั้งความกลัวก็อาจเป็นสิ่งกระตุ้นให้ทารกเกิดความอยากรู้อยากเห็นก็ได้ ทารกมีอารมณ์อิচ্ছาริษยาซึ่งเกิดจากความโกรธและความกลัว มักเกิดได้โดยง่ายเมื่อมีน้องและบิดามารดาแสดงการเอาใจใส่น้องเป็นพิเศษ ทำให้ทารกคิดว่าตนขาดความสำคัญไป ทารกมีอารมณ์อยากรู้อยากเห็น ถ้าทารกได้รับสิ่งเร้าที่รุนแรงก็จะรู้สึกสนใจขึ้นมา และทารกมักจะอยากเห็นสิ่งแปลก ๆ ใหม่ ๆ ทารกมีอารมณ์ดีใจ มีความสุข ทารกจะรู้จักยิ้มหรือหัวเราะเมื่อมีความพอใจ เมื่อทารกอายุได้ประมาณ 2 ปี จะรู้จักยิ้มกับผู้อื่นหรือร่วมหัวเราะไปกับผู้อื่นได้เมื่อรู้สึกพอใจ และทารกมีอารมณ์ในการแสดงความรัก โดยการกอดรัด ทารกจะเริ่มรักตัวเองก่อน ต่อมาจึงจะเริ่มรักผู้อื่น นอกจากนี้ทารกอาจจะรักของ ๆ ตนหรือรักสัตว์เลี้ยงก็ได้



### 1.3 พัฒนาการทางสังคม

การได้รับความสุขและความอบอุ่นจากคนในครอบครัว จะช่วยให้ทารกรู้สึกมีความมั่นใจและอบอุ่นในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น เป็นการวางรากฐานของการพัฒนาทางสังคมในระยะต่อไป ของทารกอีกด้วย

การร้องไห้ของทารกจัดเป็นการเรียกร้องในสิ่งที่ทารกต้องการวิธีหนึ่ง ในบางครั้ง การร้องไห้ช่วยให้แม่เข้ามาหา หรือรีบเอานมให้ หรืออุ้มพาไปเที่ยว ถ้าทารกได้รับความอบอุ่นอย่างเพียงพออาจจะใช้วิธีอื่นเรียกร้องความสนใจแทนการร้องไห้ มารดาหรือผู้เลี้ยงดูไม่ควรใช้อารมณ์กับทารกเป็นอันขาดเพราะถ้าทำเช่นนั้นทารกจะใช้วิธีร้องไห้ในการเรียกร้องสิ่งที่ต้องการตลอดไป

ทารกจะมีปฏิกิริยาต่อคนแปลกหน้าในทางที่ดีขึ้นถ้าหากได้รับการติดต่อกับคนแปลกหน้าอย่างอบอุ่นและค่อยเป็นค่อยไป และได้รับความสนุกสนานไปด้วย วิธีนี้จะช่วยให้ทารกเริ่มสมาคมกับคนภายนอกครอบครัวได้วิธีหนึ่งด้วย

ในระยะนี้มารดาหรือผู้เลี้ยงดูอาจจะฝึกฝนในการกินอาหารเป็นเวลาและฝึกฝนให้หมีระเบียบในการกิน ตลอดจนการฝึกฝนทางด้านมารยาททางสังคมบ้าง เช่น ให้อุ้มอุ้มให้ผู้ใหญ่ หรือ ยิ้ม ทักทายผู้ที่คุ้นเคย เป็นการวางรากฐานของพัฒนาการทางด้านนี้เป็นอย่างดี

### 1.4 พัฒนาการทางด้านสติปัญญา

เมื่อทารกอายุ 0-1 เดือน พัฒนาการด้านสติปัญญาของเด็กจะอยู่ในขั้นปฏิกิริยาอัตโนมัติ เป็นระยะการเคลื่อนไหวโดยทั่วไปของทารกที่ได้มาแต่กำเนิด เช่น กางมือ กำมือ แขนมือ ดูมือ งอขา เขยียดขา และการเคลื่อนไหวของร่างกาย และเมื่ออายุ 1-4 เดือน เด็กจะก้าวสู่ขั้นปฏิกิริยาวางกลมขั้นปฐมภูมิ เป็นระยะที่เด็กมีพฤติกรรมของการเคลื่อนไหวที่เกิดขึ้นโดยบังเอิญ และพอใจเพลิดเพลิน จึงกระทำซ้ำ ๆ กลายเป็นพฤติกรรมใหม่วนเวียนเป็นวงกลมติดเป็นนิสัย เช่น การอมสิ่งของ หรือการดูดนิ้วมือ ระยะนี้เด็กเริ่มเห็นความสำคัญของสิ่งแวดล้อมที่อยู่รอบตัว ความสนใจอยู่ที่การเคลื่อนไหวมากกว่าผลของการเคลื่อนไหว เมื่ออายุได้ 4-8 เดือน เด็กจะอยู่ในขั้นปฏิกิริยาวางกลมทุติยภูมิ เป็นระยะที่เด็กเริ่มทดลองทำอะไรซ้ำ ๆ เพื่อให้สิ่งที่ตนพอใจนั้นคงอยู่ตลอดไป เช่น เด็กใช้เท้าเขี่ยปลาที่แขวนอยู่ในเปล แล้วปลาแกว่งไปมา เด็กเกิดความพอใจ เด็กจะทำซ้ำอีกเพื่อให้เกิดผลอย่างเดียวกัน แล้วขยายต่อไปยังสิ่งอื่น ๆ ที่แขวนอยู่ เพื่อดูว่าเกิดผลอย่างเดียวกันหรือไม่ เป็นการกระทำโดยใช้ตัวเองเป็นสาเหตุให้เกิดผล เมื่อเด็กอายุ 8-12 เดือนจะอยู่

ในขั้นนี้เกิดจากการประสานปฏิกริยารวมกันทุกขบวนการ ภาระนี้ทารกเริ่มแก้ปัญหาอย่างง่าย ๆ เป็นการกระทำที่ริเริ่มเองมีจุดมุ่งหมายของตนเอง มีการเชื่อมโยงวิธีการกับจุดหมายปลายทาง โดยให้พฤติกรรมเก่า ๆ มาช่วย เช่น รู้จักถีนผ้าให้ออกจากตัวเมื่อรู้สึกร้อน

## 2. วิธีส่งเสริมพัฒนาการของเด็กทารก

### 2.1 วิธีส่งเสริมพัฒนาการของเด็กทารกแรกเกิดถึง 4 เดือน

#### ด้านการควบคุมกล้ามเนื้อของเด็กทารกแรกเกิดถึง 4 เดือน

ฝึกฝนให้เด็กได้พยายามยกศีรษะ หัวไหล่ และลำตัวขึ้นมา มีปฏิสัมพันธ์กับเด็กทารกโดยใช้ตนเองเป็นสิ่งเร้า กำมือของเด็กทารกและค่อย ๆ ยกตัวเด็กขึ้นช้า ๆ ตีตมมือในตำแหน่ง ที่ต่างกัน เพื่อเด็กทารกจะได้มองหาที่มาของเสียง ใช้ของเล่นและสื่ออุปกรณ์เพื่อเล่นกับเด็กทารก โดยวางวัตถุให้อยู่ในสายตาและตำแหน่งที่เด็กสามารถเอื้อมหยิบได้ เลือกของเล่นที่เด็กทารกสามารถทำได้ ขั้นแรกเด็กจะใช้นิ้วมือทั้งหมดในการเคลื่อนไหวเพื่อหยิบขอยมา ต่อมาก็จะใช้นิ้วหัวแม่มือด้วยหรือใช้นิ้วหัวแม่มือกับนิ้วชี้ (กำมปูหนีบ) หยิบของ

#### ด้านอารมณ์ของเด็กทารกแรกเกิดถึง 4 เดือน

ควรสื่อสารกับเด็กด้วยการประสานสายตาและการสัมผัส โอบกอดเพื่อก่อให้เกิดความรัก ความผูกพันและความรู้สึกที่ดีให้แกกัน

#### ด้านสังคมของเด็กทารกแรกเกิดถึง 4 เดือน

ผู้ให้การเลี้ยงดูควรตอบสนองทารกทันทีเมื่อเด็กมีความต้องการและสามารถสร้างให้เกิดปฏิสัมพันธ์ได้ด้วยการมอง ชูมือ กล่อม พุดคุย เล่นด้วย การพาไปที่ต่าง ๆ และการสัมผัสทารก ผู้ให้การเลี้ยงดูเด็กควรจัดเตรียมเวลาและเลือกใช้สื่อที่จะช่วยให้ทารกเรียนรู้เกี่ยวกับตนเองการให้เด็กทารกดูตัวเองในกระจก ทำจุดบนเท้าและมือ ทำให้ทารกสนใจร่างกายของตนเองและผู้ให้การเลี้ยงดูเด็กสามารถเตรียมการเพื่อให้ทารกมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น และกับการเล่นสิ่งต่าง ๆ

#### ด้านสติปัญญาของเด็กทารกแรกเกิดถึง 4 เดือน

การเลือกสิ่งของเครื่องใช้ต่าง ๆ และการจัดเตรียมสภาพแวดล้อมที่จะกระตุ้นให้เด็กทารกตอบสนองได้หลาย ๆ วิธี ตามความสามารถในแต่ละขั้นของพัฒนาการ การให้ทารกได้ทำซ้ำ ๆ และให้การเสริมแรงเป็นสิ่งที่ทารกพึงพอใจ และเป็นการกระตุ้นทารกอีกด้วย

## 2.2 วิธีส่งเสริมพัฒนาการของเด็กทารก 4 – 8 เดือน

### ด้านการควบคุมกล้ามเนื้อของเด็กทารก 4 – 8 เดือน

วางวัตถุไว้บนราวในเปลเด็ก เพื่อให้เด็กได้ยกศีรษะตัวเอง ให้เด็กนั่งโดยวางหมอนให้มั่นคงช่วยในการนั่งหรือช่วยจับให้เด็กได้นั่ง ถ้าเด็กสามารถพลิกตัวคว่ำ-หงายได้ ควรวางเด็กไว้ในที่ซึ่งเด็กจะเคลื่อนไหวไปมาได้โดยอิสระและปลอดภัย หากเด็กสามารถยืนด้วย 2 ขาที่ตรงได้แล้ว ควรจับเด็กให้ยืนนิ่ง ๆ ครู่หนึ่งและอุ้มเด็กอย่างมั่นคงเมื่อเด็กทำท่ากระโดดขึ้นลง หากเด็กต้องการดึงตัวเองให้ลุกขึ้นยืน ผู้ให้การเลี้ยงดูเด็กควรจับมือเด็กไว้และปล่อยให้เด็กใช้กล้ามเนื้อตัวเองดึงตัวเองขึ้น ถ้าเด็กใช้เท้าคลานให้วางของเล่นห่างออกไปเล็กน้อยเพื่อกระตุ้นให้คลานไปเอื้อมจับจัดของเล่นที่เด็กสามารถเอื้อมจับและตีได้ให้เด็กใช้มือคว้าสิ่งของ ควรเลือกของเล่นที่มีขนาดใหญ่ให้เหมาะสมเพื่อให้เด็กตีของเล่นได้ถูก หากเด็กขว้างสิ่งของ ให้เลือกของเล่นที่เบา ให้เด็กสามารถขว้างปาได้อย่าง ปลอดภัย

### ด้านทางอารมณ์ของเด็กทารก 4 – 8 เดือน

จัดของเล่นที่เด็กชอบให้แก่เด็ก ควรแสดงความพึงพอใจร่วมกับเด็กในการแสดงออกถึงพฤติกรรมซ้ำ ๆ ควรส่งเสริมให้เด็กได้แสดงความรักต่อคนแปลกหน้าโดยค่อย ๆ แนะนำคนแปลกหน้าให้เด็กรู้จักอย่างระมัดระวัง อย่าให้คนแปลกหน้าเข้าใกล้ชิดเด็กโดยทันทีให้เวลาเด็กในการแสดงความคุ้นเคยกับคนแปลกหน้า ในขณะที่อยู่ห่างกันก่อน แสดงอารมณ์ขันร่วมกับเด็ก และเล่นเกมสนุก ๆ ด้วย เพื่อให้เด็กเกิดอารมณ์สนุกสนาน หากเด็กแสดงอาการโกรธ ควรให้เด็กได้แสดงออกด้วยการเตะขา แกว่งแขน กรีดเสียงร้องชั่วคราว แล้วหาสาเหตุที่เด็กโกรธ จากนั้นใช้การสัมผัสสนวดบริเวณหลังและขา อุ้มกอดมกอดเบา ๆ เพื่อให้เด็กมีอารมณ์ดีขึ้นหากเด็กร้องไห้ ควรพูดกับเด็กเบา ๆ อย่างอ่อนโยนและปลอบประโลม

### ด้านสังคมของเด็กทารก 4 – 8 เดือน

ส่งเสริมความผูกพันระหว่างเด็กทารกกับพ่อแม่ให้มั่นคงขึ้น หากเด็กเกิดความพึงพอใจหรือความคับข้องใจอย่างรุนแรงกับบุคคลที่เด็กมีความผูกพันด้วย ควรยอมรับและแสดงความพึงพอใจร่วมกับเด็กหรือค่อย ๆ ปลอบประโลม กูบสัมผัส ร้องเพลงกอดเด็กในช่วงเวลาที่เด็กหงุดหงิด คับข้องใจ ควรจัดให้เด็กได้มองตนเองในกระจกเพื่อให้เด็กรู้จักตนเองมากขึ้น ช่วยให้เด็กได้ประสบความสำเร็จด้วยตนเอง ให้เด็กเล่นเกมที่ริเริ่มเองโดยไม่รบกวนหรือทำให้เด็กเปลี่ยนวิธีการเล่นหรือให้เล่นเกมของผู้ให้การเลี้ยงดูตัวเอง จัดให้เด็กได้อยู่ในที่ซึ่งเด็กได้มีโอกาสสังเกตกิจกรรมของบุคคลอื่น ๆ ควรเล่นเกมกับเด็กโดยเลียนแบบซึ่งกันและกันเพื่อให้เด็กได้ฝึก

เลียนแบบคนอื่น ให้เด็กได้สัมผัสและพูดคุยกับเด็กคนอื่น ๆ ผู้ให้การเลี้ยงดูเด็กควรอยู่ใกล้ชิดเพื่อคอยระวังความปลอดภัยจากการผลักและการตีของเด็ก ให้เด็กที่โตกว่าและผู้ใหญ่คนอื่น ๆ ได้เล่นเกมเกี่ยวกับการสัมผัส การมองและการได้ยินกับเด็กด้วย ตอบสนองเด็กโดยทันทีและอย่างสม่ำเสมอต่อการเรียกร้องความสนใจ หรือการแสดงออกอย่างเป็นสุข เศร้าหรือโกรธของเด็ก อุ้มและให้ความปลอดภัยต่อทารกเมื่อพบคนแปลกหน้า ให้เวลาเด็กได้เห็นและได้ยินเสียงคนแปลกหน้าก่อนที่จะสัมผัสเด็กหรือเข้าใกล้ด้วย

#### ด้านสติปัญญาของเด็กทารก 4 – 8 เดือน

ใช้วัตถุที่ดึงดูดความสนใจมีสีสันที่ตัดกัน ลวดลายและเนื้อผ้าแตกต่างกันเพื่อให้เด็กเรียนรู้ด้วยการเคลื่อนไหวและใช้ประสาทสัมผัส พัฒนาการประสานสัมพันธ์ระหว่าง ตา-มือของเด็ก โดยการวางของเล่นตุ๊กตา บล็อก ของเล่นอื่น ๆ ไว้ใกล้พอที่เด็กจะเอื้อมถึงได้เอง ผู้ให้การเลี้ยงดูเด็กแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ เพื่อให้เด็กได้เลียนแบบ เช่น การยิ้ม การอ้าปาก นำของเล่นมาให้เด็กเล่น แล้วนำไปซ่อน จากนั้นนำออกมาใหม่และเล่นอีกเพื่อส่งเสริมให้เด็กได้มองตามวัตถุและใช้สายตา ค้นหา เล่นเกมจะเกี่ยวกับเด็กหรืออาจใช้ผ้าหรือกระดาษปิดของเล่นเพียงบางส่วนเพื่อให้เด็กดึงของเล่นออกมา หรือดึงผ้าออก

### 2.3 วิธีส่งเสริมพัฒนาการของเด็กทารก 8 – 12 เดือน

#### ด้านการควบคุมกล้ามเนื้อของเด็กทารก 8 – 12 เดือน

ควรจัดพื้นที่โล่งให้กับเด็กและให้เด็กได้นั่งเป็นเวลายาวขึ้น ๆ เพราะเด็กจะเหนื่อยเร็วเมื่อเด็กยืนได้เองและนั่งลงหลังจากยืนได้ชั่วคราว ควรยินยอมให้เด็กได้ยืนด้วยตนเอง จัดพื้นที่ให้โล่งไม่มีวัตถุที่เป็นอันตรายกับเด็ก เพราะเด็กจะล้มบ่อยในขณะที่พยายามนั่ง ปล่อยให้เด็กคลานเล่น โดยกระตุ้นให้เด็กคลาน วางของเล่นให้ไกลจากระยะเอื้อมถึงเล็กน้อย เพื่อกระตุ้นให้เด็กคลานไปหยิบ เมื่อเด็กพยายามย่างก้าวไปข้างหน้า ให้จับมือเด็ก จัดอุปกรณ์ให้เด็กเกาะเพื่อใช้ในการประคองตัว ขณะย่างก้าวไปข้างหน้า คอยให้การช่วยเหลือเมื่อเด็กพยายามปีนขึ้นบนเฟอร์นิเจอร์ เมื่อเด็กเริ่มใช้นิ้วหัวแม่มือกับนิ้วในการหยิบของได้แล้วให้จัดหาวัตถุที่มีขนาดเล็กพอที่มือหยิบและจับยกได้ให้กับเด็ก เล่นเกมที่มีการปรบมือ การทูป การเคาะร่วมกับเด็ก เตรียมวัตถุที่เด็กอุ้มถือได้ให้กับเด็กเพื่อให้เด็กได้ใช้มือทั้งสองข้างประคองวัตถุ อาจเล่นเกมย้ายวัตถุ เมื่อเด็กเริ่มจับปากกา ดินสอสี ควรจัดวัสดุและที่ว่าง อธิบายและสาธิตวิธีการโดยให้เขียนบนกระดาษ ไม่ใช่บนพื้นและคอยดูเวลาเด็กใช้เอง โดยให้อิสระเด็กในการขีดเขียน ชมเชยเด็กในความพยายามและความสนใจของเด็ก เมื่อเด็กเอื้อมหยิบวัตถุ สัมผัสลูกบอลวัตถุ ให้เตรียมวัตถุที่มีผิวสัมผัสแตกต่างกัน

เด็กสามารถหยิบจับสัมผัสได้ อธิบายหรือสาธิตการใช้มือลูบ บรรยายลักษณะของผิวสัมผัสของวัตถุแต่ละชนิด เช่น “ขนแกะนุ่ม” ให้เด็กได้มีโอกาสลูบสัมผัสวัตถุหลาย ๆ ชนิด จัดเตรียมบล็อกที่มีขนาดเล็กให้เด็กได้ใช้มือข้างที่ถนัดหยิบบล็อกมาตั้งเป็นกอง หาเสื้อผ้าที่มีซิปหรือกระดุมที่มีรั้งคุ่มขนาดใหญ่ ให้เด็กได้ลองรูดซิปหรือปลดกระดุม

#### ด้านอารมณ์ของเด็กทารก 8 – 12 เดือน

เมื่อเด็กแสดงความพอใจ มีความสุขหรือสนุกสนาน ควรมีส่วนร่วมกับการแสดงออกทางอารมณ์กับเด็ก แสดงให้เด็กเห็นด้วยการยิ้ม ใช้น้ำเสียงที่แสดงความเป็นมิตร โอบกอด ลูบตัว ตบเด็กเบา ๆ เมื่อเด็กแสดงความกังวลใจ ควรพูดกับเด็กด้วยน้ำเสียงเบา ๆ อย่างสงบ ร้องเพลง กอด ลูบตัวเด็ก เปลี่ยนแปลงสถานการณ์ใหม่ถ้าจำเป็น เมื่อเด็กแสดงความกลัว ควรตรวจสอบให้ทราบสาเหตุและกำจัดออกถ้าทำได้ใช้การพูดเบา ๆ อย่างสงบ ร้องเพลง กอด และลูบตัวเด็ก เมื่อเด็กโกรธควรพูดคุยกับเด็กเบา ๆ อย่างสงบ บางครั้งใช้วิธีการอุ้มและปลอบ หรือช่วยให้เด็กเริ่มกิจกรรมอื่นใหม่ เพื่อให้ลืมอารมณ์โกรธ เมื่อเด็กปฏิเสธสิ่งของหรือสถานการณ์ต่าง ๆ ควรให้เด็กได้มีโอกาสเลือกตามที่ต้องการ เมื่อเด็กแสดงความรักหรือชอบ ควรยอมรับพฤติกรรมนั้น และตอบสนองด้วยการยิ้มและโอบกอดสัมผัสเด็ก เด็กเริ่มพัฒนาความรู้สึกในการนับถือตนเอง ควรหลีกเลี่ยงคำว่า “อย่า” หรือ “ไม่” ให้น้อยลง เมื่อต้องการควบคุมเด็กเพื่อเด็กจะได้เรียนรู้การให้ความสำคัญกับสถานการณ์ต่าง ๆ ด้วยตนเอง ให้การชมเชยเมื่อเด็กแสดงให้เห็นว่าสามารถควบคุมพฤติกรรมของตนได้ เช่น ทำท่าจะขว้างของเล่น แต่ลดมือลงไม่ทำ ควรใช้การออกคำสั่งให้น้อยที่สุดแต่ให้ใช้คำชมเชยเมื่อเด็กทำตามคำสั่งได้

#### ด้านสังคมของเด็กทารก 8 – 12 เดือน

ให้เด็กมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคล และให้เด็กได้มีโอกาสอยู่ร่วมกับเด็กโตและผู้ใหญ่ ริเริ่มการคุยและเล่นกับเด็ก เมื่อเด็กกลัวคนแปลกหน้า ควรป้องกันเด็กจากคนแปลกหน้าที่พยายามเข้าใกล้ ควรให้เด็กได้ติดตามผู้ให้การเลี้ยงดูไปในที่ต่าง ๆ และจัดให้เด็กได้มีโอกาสเห็นผู้ให้การเลี้ยงดูเด็กในห้องตามจุดต่าง ๆ ตอบสนองเมื่อเด็กอยากเล่น โดยให้เด็กได้เล่นเกมต่าง ๆ เช่น ตบแผละ เมื่อเด็กเริ่มรู้จักชื่อเด็กอื่นที่มีเพศเดียวกัน ควรใช้คำพูดโดยระบุชื่อ สนับสนุนให้เด็กกล้าแสดงออก โดยสังเกตไม่ให้เกิดพัฒนาพฤติกรรมไปในทางก้าวร้าว ช่วยให้เด็กเลือกกิจกรรมและอุปกรณ์เอง เมื่อเด็กแสดงความเป็นเจ้าของในตัวบุคคล ควรพูดให้เด็กมั่นใจว่า ผู้ให้การเลี้ยงดูเด็กจะมาที่นี้หรือจะกลับมาและคุยกับเด็กอีก เมื่อเด็กแสดงความเป็นเจ้าของในของเล่นประเภทต่าง ๆ ควรจัดของเล่นให้เพียงพอเพื่อเด็กจะมีของเล่นได้ตามต้องการ เมื่อเด็กแสดงอาการอาย เกาะติดคนเลี้ยงดู ควร กอด อุ้ม ลูบตัวเด็ก ให้เด็กอยู่ ใกล้ชิดและแสดงกิริยาให้เด็กเกิดความมั่นใจว่าผู้ให้การเลี้ยงดู

เด็กจะกลับมาที่นี้อีก เมื่อเด็กแสดงอาการเรียกร้องความสนใจ ผู้ให้การเลี้ยงดูเด็กควรแสดงอาการให้ความสนใจด้วยคำพูดถ้าไม่สามารถเข้าไปหาเด็กได้ในขณะที่กำลังดูเด็กคนอื่นอยู่

### ด้านสติปัญญาของเด็กทารก 8 – 12 เดือน

ควรจัดของเล่นที่ดึงดูดความสนใจไว้ใกล้มือเด็กเพื่อให้เด็กได้ใช้ประสาทสัมผัส เล่นเกมซ่อนหา เช่น ตึกตาใต้พรม ซ่อนบล็อกจากหลังผู้ให้การเลี้ยงดูเด็กเพื่อให้เด็กเรียนรู้เรื่องการคงอยู่ของวัตถุ เพื่อให้เด็กได้เรียนรู้ว่าผู้อื่นเป็นต้นเหตุของการกระทำต่าง ๆ ผู้ให้การเลี้ยงดูเด็ก ควรพูดแสดงถึงการกระทำของตน ผู้ดูแลเด็กแนะนำให้เด็กเล่นเกมที่ต้องทำท่าเลียนแบบและ จัดบริเวณให้เวลาที่เด็กเล่น

### 3. **พินอาร์มน์ทารก**

พินอาร์มน์ หมายถึง ปฏิบัติการตอบสนองต่อสภาพแวดล้อม ไม่ว่าจะเป็นบุคคล สถานที่ และเหตุการณ์หรือสถานการณ์ต่าง ๆ ซึ่งปฏิบัติการตอบสนองเหล่านี้เป็นพฤติกรรมที่มีมาแต่กำเนิด พินอาร์มน์เหล่านี้ได้แก่ ระดับการเคลื่อนไหว ความสม่ำเสมอในการทำหน้าที่ของร่างกาย ความสามารถในการปรับตัว การเข้าใกล้หรือถอยหนีต่อสิ่งเร้า ระดับความทนต่อสิ่งเร้า ความรุนแรงของการตอบสนอง ลักษณะทางอารมณ์ การหันเหความสนใจ ความคงที่ของช่วงความสนใจ ซึ่งพฤติกรรมเหล่านี้สังเกตเห็นได้ตั้งแต่กำเนิด

#### องค์ประกอบของพินอาร์มน์และการจำแนกพินอาร์มน์

องค์ประกอบพินอาร์มน์มี 9 ด้าน ดังนี้

1. ระดับการเคลื่อนไหว หมายถึง ความบ่อยหรือความเร็วในการเคลื่อนไหวของร่างกายขณะที่เด็กกำลังทำกิจกรรมต่าง ๆ เช่น ขณะอาบน้ำ เปลี่ยนเสื้อผ้า เล่น คลาน เอื้อมหยิบของ รวมทั้งสัดส่วนของกิจกรรมที่มีการเคลื่อนไหวมากหรือน้อยในแต่ละวัน เช่น การอ่านหนังสือ การวิ่งเล่น
2. ความสม่ำเสมอในการทำหน้าที่ของร่างกาย หมายถึง ความสม่ำเสมอในการทำหน้าที่ของร่างกาย เกี่ยวกับระยะเวลาของการนอน การตื่นนอน การหิว แบบแผนในการรับประทานอาหาร และการขับถ่าย
3. การเข้าใกล้หรือถอยหนีต่อสิ่งเร้า หมายถึง การตอบสนองของเด็กต่อสิ่งเร้าหรือสถานการณ์ใหม่ ๆ ว่ายอมรับโดยการเข้าหาหรือปฏิเสธโดยการถอยหนี สิ่งเร้าใหม่อาจเป็นอาหารชนิดใหม่ ของเล่นใหม่ หรือบุคคลแปลกหน้า การเข้าใกล้เป็นการตอบสนองในทางบวก โดยแสดงออกทางอารมณ์ด้วยการยิ้ม การเอื้อมมือหยิบของเล่น การยอมทานและกลืนอาหารชนิดใหม่

ในขณะที่การถอยหนีเป็นการตอบสนองในทางลบและแสดงออกทางอารมณ์ด้วยการร้องไห้ ંગแง มีการถอยหนี ผลักของเล่นใหม่ออกไปหรือ ฟันอาหารออกมา

4. ความสามารถในการปรับตัว หมายถึง ความง่ายในการปรับพฤติกรรมตามทิศทางที่ ต้องการ เพื่อตอบสนองต่อสถานการณ์ใหม่ หรือสถานการณ์ที่เปลี่ยนไป เช่น เมื่อเปลี่ยนสถานที่ นอนก็สามารถหลับได้

5. ระดับความรุนแรงของสิ่งเร้าที่ทำให้เกิดการตอบสนองหรือระดับความทนได้ต่อสิ่งเร้า หมายถึง การตอบสนองของเด็กต่อสิ่งเร้า โดยวัดระดับความรุนแรงของการกระตุ้นที่ก่อให้เกิด พฤติกรรมการตอบสนองของเด็กที่สามารถสังเกตเห็นได้ โดยคำนึงถึงพฤติกรรมที่เป็นปฏิกิริยา ตอบสนองต่อสิ่งเร้าความรู้สึก วัตถุในสภาพแวดล้อมและการติดต่อทางสังคม เช่น พฤติกรรมการ ตอบสนองของเด็กขณะถ่ายอุจจาระปัสสาวะรดผ้าอ้อม

6. ความรุนแรงของการตอบสนอง หมายถึง ระดับความรุนแรง หรือพลังงานที่เด็กใช้ในการ ตอบสนองต่อสิ่งเร้า โดยไม่คำนึงถึงคุณภาพหรือทิศทางของการตอบสนองว่าจะ เป็นบวกหรือลบ เช่น เมื่อพบคนแปลกหน้าจะแสดงออกอย่างชัดเจนว่าชอบ (หัวเราะ) หรือไม่ชอบ (ร้องไห้)

7. ลักษณะทางอารมณ์ หมายถึง อารมณ์ที่เด็กแสดงออกถึงความพอใจ ความรำเริง สนุกสนาน กับความไม่พอใจ ร้องไห้ ้งแง ไม่รำเริง

8. การหันเหความสนใจ หมายถึง ความยากหรือง่ายต่อการถูกรบกวนหรือ ต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่เด็กกำลังทำอยู่ โดยสิ่งเร้าจากสภาพแวดล้อมภายนอก เช่น เมื่อ ร้องงอแงไม่ยอมให้เปลี่ยนเสื้อผ้า สามารถหลอกให้หยุดร้องได้ง่ายด้วยของเล่น เสียงเพลง

9. ระดับสมาธิ หรือความคงที่ของช่วงความสนใจ หมายถึง ช่วงระยะเวลาของการใจจด ใจจ่อ เป็นเวลานาน และไม่สนใจสิ่งอื่นเลย แต่บางคนสนใจต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง และมุ่งกระทำเพียง ระยะสั้นเท่านั้น เช่น หยิบของเล่นหนึ่งอย่างขึ้นมาเล่น แต่เพียงไม่ถึงหนึ่งนาทีก็จะวาง และมอง หาของเล่นชิ้นใหม่ต่อไป

จากความแตกต่างขององค์ประกอบพื้นอารมณ์ของเด็ก สามารถแบ่งเด็กออกเป็น 3 กลุ่ม ได้ดังนี้

1. เด็ก “เลี้ยงง่าย” ลักษณะพฤติกรรมของเด็กกลุ่มนี้ประกอบด้วย การทำงานของ ร่างกาย มีจังหวะ และ อัตราที่สม่ำเสมอ ตอบสนองต่อสิ่งเร้าใหม่ คนแปลกหน้าด้วยการเข้าใกล้ มีความสามารถในการปรับตัวต่อสถานการณ์ใหม่หรือสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงไปได้อย่าง รวดเร็ว ลักษณะอารมณ์ดี เป็นมิตร มีความรุนแรงของการตอบสนองในระดับต่ำ หรือ ปานกลาง

2. เด็ก “เลี้ยงยาก” ลักษณะพฤติกรรมของเด็กกลุ่มนี้ประกอบด้วยการทำงานจากร่างกาย เช่น กิจวัตรต่าง ๆ มีจังหวะและอัตราที่ไม่สม่ำเสมอ ตอบสนองต่อสิ่งเร้าใหม่ด้วยการถอยหนี ปรับตัวต่อสถานการณ์ใหม่หรือสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงไปได้ยาก ลักษณะอารมณ์ไม่ดีไม่ร่าเริง ไม่เป็นมิตร มีความรุนแรงของการตอบสนองในระดับสูง พบว่าในวัยทารก กิจวัตรในการรับประทานอาหาร การนอน มีตารางเวลาที่ไม่สม่ำเสมอ ยอมรับประทานอาหารใหม่ได้ช้า ปรับตัวต่อสถานการณ์หรือกิจกรรมใหม่ได้ยาก ร้องไห้งอแงเป็นส่วนใหญ่ ดูเหมือนไม่ค่อยมีความสุข มักร้องไห้หรือหัวเราะเสียงดัง เมื่อไม่ได้ตั้งใจจะลงมือลงเท้า ร้องไห้อย่างรุนแรง

3. เด็ก “ปรับตัวช้า” ลักษณะพฤติกรรมของเด็กกลุ่มนี้ประกอบด้วย การตอบสนองต่อสิ่งเร้าด้วยการถอยหนี ปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ได้ช้า ลักษณะอารมณ์ไม่ค่อยดี มีความรุนแรงของการตอบสนองในระดับต่ำ เป็นเด็กที่อยู่นิ่งไม่ค่อยเคลื่อนไหว เด็กกลุ่มนี้แตกต่างจากเด็กเลี้ยงยากตรงที่การทำหน้าที่ของร่างกายมีความไม่สม่ำเสมอน้อยกว่า และมีความรุนแรงในการตอบสนองในลักษณะต่ำกว่า

#### 4. การนวดทารก

##### 4.1 ประโยชน์ของการนวดต่อเด็กในด้านต่าง ๆ

##### ประโยชน์ของการนวดต่อด้านกายภาพ

ช่วยให้เด็กหลับสบายเพราะระบบประสาทเกิดการผ่อนคลาย บรรเทาโรคร้องโคลิคที่เกิดจากอาการท้องอืด ท้องเฟ้อ ช่วยให้มีภูมิคุ้มกันโรค ช่วยลดความตึงเครียดของกล้ามเนื้อ ช่วยให้ระบบประสาททำงานได้ดีและมีการพัฒนาอย่างรวดเร็ว ส่งเสริมพัฒนาการของเด็กให้เป็นไปอย่างต่อเนื่องและพัฒนาไปอย่างพร้อมเพรียงกัน กระตุ้นการหมุนเวียนของร่างกายและการทำงานของต่อมเหงื่อ ประสาทสัมผัสของเด็กทำงานได้ง่ายขึ้นเมื่อได้รับการผ่อนคลาย ช่วยให้ความอดทนต่อสิ่งเร้าของเด็กดีขึ้น ช่วยให้เกิดการผ่อนคลายเมื่อเด็กมีความเครียดหรือความกังวล

##### ประโยชน์ของการนวดต่อด้านอารมณ์และจิตใจ

ช่วยให้เด็กแข็งแรง เช่น ในเด็กที่คลอดก่อนกำหนด เด็กที่มีปัญหาในการกินยาและเด็กกำพร้า สร้างความใกล้ชิด การสื่อสารด้วยความรักระหว่างเด็กกับพ่อแม่ ช่วยให้พ่อแม่เรียนรู้วิธีการดูแลลูกและวิธีการช่วยให้เด็กเกิดการผ่อนคลาย ช่วยให้ทั้งพ่อแม่และเด็กเกิดการผ่อนคลายจากอาการตึงเครียด ช่วยให้พ่อแม่ได้มีโอกาสใช้เวลากับลูก ๆ ช่วยให้เด็กเกิดความไว้วางใจและเกิดการยอมรับนับถือช่วยเพิ่มความไว้วางใจและความเชื่อมั่นของเด็กต่อพ่อแม่ ช่วยให้พ่อแม่มีความเข้าใจอย่างลึกซึ้งต่อการสื่อสารทางภาษาของทารก



### ประโยชน์ระยะยาว

ก่อให้เกิดความผูกพันระหว่างพ่อแม่และเด็ก ซึ่งเป็นพื้นฐานของความรักและการเปิดกว้างทางการสื่อสาร ลดพฤติกรรมไฮเปอร์แอคทีฟ ส่งเสริมให้เด็กเกิดความสงบ ช่วยให้เด็กเรียนรู้ถึงความปลอดภัยและความไว้วางใจได้ง่ายขึ้น สำหรับพ่อแม่และเด็กที่โตแล้ว สามารถช่วยให้เรียนรู้ได้ลึกซึ้งขึ้นถึงระบบการทำงานของร่างกายและอารมณ์ที่รุนแรง ช่วยให้รู้เทคนิควิธีการจัดการกับอารมณ์ที่รุนแรงได้ดีขึ้น ช่วยให้พ่อแม่และเด็กเกิดการผ่อนคลายและเด็กมีระบบกลไกการทำงานของร่างกายดีขึ้น ช่วยให้พ่อแม่มีโอกาสทำความเข้าใจในการสื่อสารทางกายของทารกและการสื่อสารด้วยภาษาพูดของทารกได้ดีขึ้น สร้างสรรค์บรรยากาศในการเข้าใจทักษะการใช้ชีวิตสอนให้เด็กรับรู้ถึงความแตกต่างระหว่างการสัมผัสที่นุ่มนวลและแข็งกระด้าง ช่วยฝึกให้เด็กรู้จักบังคับร่างกายของตนเอง เด็กที่มีความสัมพันธ์ที่ดีกับพ่อแม่มักจะมีความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่นด้วยไม่ว่าจะกับเด็กหรือผู้ใหญ่

### ประโยชน์ด้านอื่น ๆ

การนวดสามารถนำมาประยุกต์ใช้กับเด็กในทุกอายุ เทคนิคการนวดสามารถนำมาประยุกต์ใช้ได้กับการทำกายภาพบำบัดเด็กและใช้ในเด็กที่มีความต้องการพิเศษหรือเด็กพิการได้

### 4.2 วิธีการนวดทารก

ผู้นวดควรตัดเล็บให้สั้น ทามือด้วยน้ำมันที่ปลอดภัยสำหรับเด็ก ควรเป็นน้ำมันที่ทำมาจากพืชโยใช้ใช้น้ำมันที่ได้จากการสังเคราะห์สารเคมีเพราะอาจเป็นอันตรายกับเด็ก เตรียมสถานที่สำหรับการนวด จากนั้นถอดเสื้อผ้าเด็กออกให้เหลือแต่ผ้าอ้อม วางเด็กลงบนผ้าเช็ดตัวหรือเบาะนุ่ม ๆ อุ่น ๆ เริ่มนวดเมื่อเด็กพร้อมหรือยินยอมให้นวด โดยอาจจะบอกเด็กก่อนว่าจะนวด การเริ่มลงมือนวดจะช่วยให้รู้ว่าเด็กยอมรับการนวดหรือไม่ ระวังไว้เสมอว่าการนวดเป็นสิ่งที่พ่อแม่และเด็กต้องปฏิบัติร่วมกันไม่ใช่สิ่งที่พ่อแม่ทำให้เด็กเพียงฝ่ายเดียว เริ่มนวดศีรษะและหน้าผากของเด็กก่อนอย่างนุ่มนวลและมั่นคงด้วยปลายนิ้ว ต้องให้แน่ใจว่าไม่โดนศีรษะในบริเวณที่บอบบางของเด็ก ภูเขาของเด็กไปมาด้วยนิ้วสองนิ้ว โดยค่อย ๆ ภูโล่งลงมาตามรูปร่างของใบหูเด็ก และลูบได้เบา ๆ บริเวณหน้าผาก ย้ายปลายนิ้วมาที่คิ้ว ใช้นิ้วหัวแม่มือลากจากคิ้วมายังด้านข้างของจมูก จากนั้นใช้นิ้วชี้ลากเป็นวงกลมบริเวณขมับของเด็ก ข้ามมาจนถึงบริเวณโหนกแก้ม จากนั้นภูนิ้วเบา ๆ บนปลายจมูกของเด็ก ระวังอย่ากดใกล้ ๆ กับโพรงจมูก จากนั้นนวดเหงือกให้กับเด็กเพื่อบรรเทาอาการปวดจากการงอกของฟัน นวดไหล่ของเด็กแล้วเลื่อนขึ้นมาที่คอ ใช้มือข้างหนึ่งจับแขนเด็กขึ้นมาหนึ่งข้าง ตะกะล้ามเนื้อบริเวณแขนของเด็กเบา ๆ เพื่อให้เด็กผ่อนคลาย จากนั้น

นวดแขนของเด็กโดยทำเหมือนนวดเหมือนกำลังนวดแป้งโดว์เวลาที่จะปั้นเป็นรู จากนั้นจับมือเด็กไว้ ใช้ปลายนิ้วถูไปมากับฝ่ามือของเด็ก แล้วดึงนิ้วเด็กทีละนิ้ว ๆ อย่างเบา ๆ ทำเช่นเดียวกันกับแขน และมืออีกข้างหนึ่งของเด็ก ย้ายมือมานวดที่หน้าอก เริ่มลูบจากซี่โครงซี่ล่างสุดไปจนถึงช่วงท้องกอดเบา ๆ บริเวณช่องท้องแล้วลากมือมาจนถึงฝ่าอ้อมของเด็ก ย้ายมานวดที่ขา การนวดขาทำเช่นเดียวกับนวดแขน จากนั้นนวดฝ่าเท้าเด็ก การนวดโดยการลูบไล้แบบมั่นคงจะช่วยให้ไม่จี้จี้ แต่หากเด็กไม่ชอบการนวดฝ่าเท้าก็ให้ข้ามไป แล้วนวดขาอีกข้างหนึ่ง จับเด็กพลิกตัวแล้วเริ่มนวดหลังเด็กด้วยการลูบจากศีรษะมาจนถึงก้น หากเด็กยังไม่ถ่ายอุจจาระ ให้ถอดผ้าอ้อมออกแล้วนวดก้นของเด็ก นวดเบา ๆ แต่มั่นคงบนกระดูกสันหลังของเด็ก การนวดควรทำครั้งละ 5-10 นาที ในการนวดครั้งแรก และเมื่อผ่านไปได้ ด้วยดี อาจเพิ่มเวลาเป็น 10-15 นาที พยายามนวดให้เป็นกิจวัตรประจำวัน และสนุกกับการใช้เวลาพิเศษในช่วงการนวดกับเด็ก



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ตอนที่ 2

### สาระสำคัญของโปรแกรมการนวดทารกเพื่อส่งเสริมพัฒนาการ และการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก ในสถานสงเคราะห์เด็ก

#### แนวเหตุผล

โปรแกรมการนวดทารก ฯ ที่พัฒนาขึ้นได้นำหลักการการปฏิบัติการณ์จากแนวคิดของ Janet Speirer แห่ง United cerebral of Colorado, แนวคิดในการนวดสัมผัสทารกของ วิลเลียม ลีทเชอร์ และแนวคิดในการส่งเสริมพัฒนาการเด็กทารกของ อุดมลักษณ์ กุลพิจิตร มาประยุกต์ใช้ในการนวดเด็กกำพร้า เพื่อให้สอดคล้องกับปัจจัยพื้นฐานที่ทารกต้องการ ดังทฤษฎีของ Erikson ที่ว่าทารกต้องการการสัมผัส เพราะการสัมผัสช่วยให้เด็กเกิดความเชื่อมั่นในตนเอง และเกิดความไว้วางใจผู้อื่น การนวดทารกนั้นถือว่าเป็นหลักการที่กุมารแพทย์ เห็นว่ามีความเหมาะสมอย่างยิ่งในการนำมาใช้เพื่อส่งเสริมให้เกิดความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างแม่กับลูกและส่งเสริมให้เด็กมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง มีสุขภาพจิตที่ดี และมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับคนรอบข้าง รวมถึงมีพัฒนาการด้านสติปัญญาเพิ่มมากขึ้น

การนวดทารก มีลักษณะการนวดที่ส่งเสริมพัฒนาการและการปฏิสัมพันธ์ของทารก โดยการนวดเป็นการใช้เวลาพิเศษกับเด็ก ในการให้ความสำคัญกับการสัมผัสร่างกายเด็ก เพื่อสื่อสารสัมพันธ์ให้เด็กรู้สึกว่าเป็นบุคคลสำคัญกับผู้เลี้ยงดู และเพื่อให้เด็กได้รับความอบอุ่น และมีอารมณ์ที่ดี ไม่ร้องกวน โยเย อีกทั้งยังรู้จักการปฏิสัมพันธ์กับบุคคลรอบข้าง

โปรแกรมการนวดทารก ฯ ที่พัฒนาขึ้นสามารถส่งเสริมพัฒนาการและการมีปฏิสัมพันธ์ของทารกในสถานสงเคราะห์เด็ก ให้มีพัฒนาการเป็นเด็กเลี้ยงยากในระดับต่ำลง และมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับผู้ดูแลเด็กและบุคคลอื่น ๆ

ดังนั้นโปรแกรมการนวดทารก ฯ จึงเป็นแนวทางหนึ่งในการส่งเสริมพัฒนาการให้เด็กเป็นเด็กเลี้ยงง่ายมากขึ้นและมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีขึ้นกับสิ่งแวดล้อมหรือกิจกรรมต่าง ๆ ที่ผู้ดูแลเด็กจัดขึ้น รวมถึงมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับผู้ดูแลเด็กด้วย และโปรแกรมการนวดทารก ฯ นี้ยังเป็นทางเลือกที่เป็นประโยชน์กับ พ่อแม่ ผู้ปกครองและสถานสงเคราะห์เด็ก หรือผู้ที่สนใจ สามารถนำโปรแกรมการนวดทารก ฯ ไปใช้หรือประยุกต์ใช้ในการนวดทารกได้

## หลักการพื้นฐานของโปรแกรมในการนวดทารก ๗ ตามหลักการของ Janet Speirer

หลักการพื้นฐานของโปรแกรมการนวดทารก ๗ ตามหลักการของ Janet Speirer นั้น ได้นำแนวคิดของการนวดทารกมาจากหลักการบริหารร่างกายแบบโยคะและการนวดแบบสวีดิช มาประยุกต์ใช้เพื่อส่งเสริมพัฒนาการด้านกล้ามเนื้อและเพื่อให้ทารกเกิดความผ่อนคลาย โดยมีลักษณะสำคัญดังนี้

### 1. การเตรียมตัวก่อนการนวด

1.1 พ่อแม่ควรอยู่ในสภาวะที่ผ่อนคลาย โดยอาจใช้วิธีการ อ่านหนังสือ เล่นดนตรี อ่านหนังสือ ดื่มน้ำชา หรือวิธีการใดก็ได้ที่จะทำให้รู้สึกผ่อนคลายก่อนการนวด

1.2 ควรจัดเตรียมสถานที่ ที่จะทำให้ทั้งพ่อแม่และเด็กรู้สึกสบาย อาจจะเป็น ช่างนอกบ้าน บนพื้น บนตักของแม่ บนเตียง หรือในอ่างน้ำอุ่น

1.3 ถอดเสื้อผ้าของเด็กออก เหลือแต่ผ้าอ้อม แล้ววางเด็กบนเบาะนุ่ม

1.4 เริ่มนวดจากตำแหน่งที่เด็กชอบก่อน ซึ่งเด็กแต่ละคนจะมีความชอบไม่เหมือนกัน เด็กบางคนอาจหงุดหงิดในระหว่างการนวด พ่อแม่ควรพยายามปรับการนวดให้เหมาะกับเด็ก ให้เด็กได้ผ่อนคลายโดยการสัมผัส โอบกอดเด็ก

1.5 สื่อสารกับเด็กด้วยคำพูดหรือท่าทางเพื่อเตรียมตัวก่อนการนวดจริง บอกเด็กว่าเด็กเป็นคนพิเศษสำหรับพ่อแม่ มองหน้าเด็ก หรืออาจจะร้องเพลงก็ได้ เด็กอาจจะไม่เข้าใจคำพูดของพ่อแม่แต่เด็กจะเข้าใจเวลาที่แม่ยิ้มและอยู่ข้าง ๆ เด็ก

1.6 ใช้น้ำมันซึ่งสกัดจากพืช เช่น น้ำมันจากเมล็ดอัลมอนด์ น้ำมันจากแอบริคอต ในการช่วยนวดตัวเด็กเพื่อให้เกิดความลื่นไหลไม่สะดุด อย่าเทน้ำมันลงบนตัวเด็ก แต่ให้ทาน้ำมันบนมือของพ่อแม่ แล้วถูมือให้อุ่นก่อนทำการนวด

1.7 เด็กบางคนชอบการนวดหรือการบีบแบบเบา ๆ แต่เด็กบางคนอาจชอบให้กดหนัก ๆ พ่อแม่ควรตระหนักถึงแรงในการกดในการนวดแต่ละครั้ง เพราะการนวดเป็นการกระตุ้นอย่างต่อเนื่องและส่งเสริมความรู้สึกไว้วางใจระหว่างพ่อแม่กับเด็ก

## 2. วิธีการนวด

### ท่าที่ 1 ทำนวดขา

1. เริ่มจากใช้มือหนึ่งข้างยกสะโพกของเด็กขึ้น ส่วนอีกมือหนึ่งจับเท้าเด็ก แล้วดันสะโพกเด็กขึ้นลงสลับกัน
2. จากนั้นใช้วิธีการนวดแบบอินเดีย โดยใช้มือทั้งสองข้างกำรอบ ๆ ขาเด็กแล้วบิดเป็นเกลียวสลับไปมาจากต้นขาจนถึงข้อเท้า และจากข้อเท้าขึ้นไปหาต้นขา
3. ใช้ฝ่ามือทั้งสองข้างกึ่งขาเด็กไปมา
4. ใช้มือข้างหนึ่งจับข้อเท้าของเด็กไว้ ส่วนอีกข้างหนึ่งกำรอบขาเด็กแล้วใช้นิ้วหัวแม่มือลูบเป็นวงรอบขาเด็กจากข้อเท้าไปจนถึงสะโพก

### ท่าที่ 2 ทำนวดเท้า

1. ใช้นิ้วหัวแม่มือบีบฝ่าเท้าเด็ก
2. ใช้นิ้วหัวแม่มือบีบหลังเท้าเด็ก
3. บีบนิ้วหัวแม่เท้าของเด็ก

### ท่าที่ 3 ทำนวดหน้าอก

1. ลูบมือสลับไปมาจากท้องขึ้นมาจนถึงหน้าอก เลยกไปที่ไหล่ อาจใช้มือทั้งสองข้างหรือข้างเดียวก็ได้
2. นวดทำเปิดหนังสือจากหัวไหล่ไปจนถึงท้อง
3. นวดทำไม้กางเขนหรือทำผีเสื้อ
4. ลูบมือไต่ลงมาจกไหล่จนถึงท้อง

### ท่าที่ 4 ทำนวดท้อง

1. ลูบมือสลับไปมาจากท้องข้างหนึ่งไปสู่อีกข้างหนึ่ง
2. ใช้นิ้วโป้งนวดทำเปิดหนังสือที่ซี่โครงด้านล่างของเด็ก
3. ใช้นิ้วหัวแม่มือลูบวนเป็นรูปวงกลมบริเวณลำไส้ของเด็ก จากนั้นให้ทั้งฝ่ามือลูบวนเป็นวงกลม
4. ต้นขาหรือเข่าของเด็กขึ้นไปจนติดท้องแล้วจับค้างไว้สักครู่ โดยนับ 1-5 แล้วปล่อย

### ทำที่ 5 ทำนวดหน้า

1. ลูบนิ้วหัวแม่มือผ่านจากหน้าผากของเด็กลงมาที่ขมับ
2. นวดขมับของเด็กด้วยนิ้วหัวแม่มือ
3. นวดคิ้วเด็ก
4. นวดลงมาที่ด้านข้างของจมูก
5. นวดแก้มของเด็ก
6. นวดขากรรไกรเด็ก
7. นวดขมับไล่ไปจนถึงหลังหูและใต้คางของเด็ก

### ทำที่ 6 ทำนวดแขน

1. บีบไหล่เด็กหนัก ๆ แล้วเปลี่ยนเป็นบีบเบา ๆ สลับกันไป
2. บีบแขนเด็กโดยใช้การนวดแบบอินเดีย

### ทำที่ 7 ทำนวดมือ

1. หายมือเด็กขึ้นแล้วใช้นิ้วหัวแม่มือคลึงวนรอบ ๆ นิ้วของเด็กแต่ละนิ้ว
2. คว่ำมือเด็กลงแล้วใช้นิ้วหัวแม่มือคลึงวนรอบ ๆ นิ้วของเด็กแต่ละนิ้ว

### ทำที่ 8 ทำนวดหลัง

1. บีบไหล่เด็กทั้งสองข้างสลับกัน
2. วนนิ้วหัวแม่มือเป็นวงกลมบริเวณกระดูกสันหลังและกล้ามเนื้อบริเวณหลัง
3. นวดสะโพกของเด็ก

ดังนั้นจากกล่าวโดยสรุปได้ว่า หลักการนวดของ Janet Speirer นั้นเป็นหลักการนวดเพื่อส่งเสริมให้เกิดความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ

## หลักการพื้นฐานของโปรแกรมในการนวดทารก ฯ ตามหลักการของ วิไล เลิศธรรมเทวี

หลักการพื้นฐานของโปรแกรมการนวดทารก ฯ ตามหลักการของ วิไล เลิศธรรมเทวี นั้น เป็นหลักการของภาควิชาการพยาบาลกุมารเวชศาสตร์ของมหาวิทยาลัยมหิดล เพื่อส่งเสริมให้เด็ก มีความผ่อนคลายและส่งเสริมการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่าง พ่อแม่และเด็ก ซึ่งการนวดมีลักษณะ สำคัญดังนี้

### 1. การเตรียมตัวก่อนนวด

วิไล เลิศธรรมเทวี ได้กล่าวว่า การเตรียมตัวก่อนนวดเป็นเรื่องสำคัญไม่น้อยไปกว่า การนวด เพื่อจะได้ทำการนวดลูกได้ต่อเนื่องไม่ติดขัดหรือหยุดกลางคัน ดังนั้นควรเตรียมตัวและ อุปกรณ์ให้พร้อมและเหมาะสมเพื่อช่วยให้ทารกได้รับประโยชน์จากการนวดได้เต็มที่ รวมทั้งคุณแม่ หรือคุณพ่อที่จะนวดควรจะมีรู้สึกผ่อนคลายและมั่นใจ

1.1 เวลานั้น ควรนวดในช่วงที่เด็กอารมณ์ดี ไม่หิว เช่น ภายหลังจากอาบน้ำ หรือหลังรับประทานอาหารอย่างน้อย 1 ชั่วโมง เพื่อให้นมได้รับการย่อยก่อน ป้องกันการอาเจียน แต่ท่านวดบางท่า เช่น ลูกแขนขา ลูกไล่ศีรษะ สามารถทำได้ตลอดเวลา

1.2 อุณหภูมิห้องเหมาะสม ไม่ร้อนหรือเย็นเกินไป เพราะเวลานวดต้องถอด เสื้อผ้าลูกออก

1.3 ก่อนนวด ควรล้างมือให้สะอาดและทาแป้ง ถ้ามือผู้นวดแห้งควรทาโลชั่นหรือน้ำมัน เพื่อช่วยให้การสัมผัสผิวเด็กเรียบลื่นและสม่ำเสมอ มิฉะนั้นผิวของเด็กอาจจะคายเคืองได้

1.4 ให้เด็กนอนบนเบาะนุ่มๆ หรือปูผ้าเนื้อหนาๆ เช่น ผ้าขนหนูบนพื้น เพื่อให้ลูก ได้นอนอย่างสบาย ขณะนวดกล้ามเนื้อหูรูดจะผ่อนคลายเด็กอาจปัสสาวะได้ ควรเตรียมผ้าอ้อมไว้เปลี่ยนด้วย

## 2. วิธีการนวด

บอกเด็กว่าจะนวดและโอบกอดเด็ก ในระหว่างการนวดควรรี้อยู่ ผุดคุย และมองสบตาเด็ก เริ่มนวดจากศีรษะ แขน ขา ไล่ลงไปถึงฝ่าเท้าและหลัง โดยทำซ้ำ ท่าละ 5 ครั้ง ไม่จำเป็นต้องนวดทุกท่า ระยะเวลาในการนวดไม่ควรเกิน 15 นาที ขณะนวดควรสังเกตปฏิกิริยาได้ตอบของทารก ถ้าเด็กยิ้มอารมณ์ดี แสดงว่าการนวดถูกต้อง เหมาะสม ถ้าเด็กขี้ดขี้นไม่ยินยอมหรือร้องไห้ ควรหยุดนวดทันที ค่อย ๆ ปลอดภัยจนกว่าเขาจะพร้อมสนุกสนานกับการนวดอีกครั้ง จึงเริ่มลงมือนวดใหม่ ท่านวดมีดังนี้

- ท่าที่ 1** จัดท่าให้เด็กนอนหงาย วางฝ่ามือทั้ง 2 ข้างบนศีรษะให้นิ้วมือประสานกัน เล็กน้อยตรงแนวกึ่งกลางศีรษะ ลูบลงมาจนถึงปลายคาง
- ท่าที่ 2** ใช้ปลายนิ้วชี้และนิ้วกลางลูบไล้จากบริเวณกึ่งกลางหน้าผากลงมาที่ขมับ
- ท่าที่ 3** ใช้ปลายนิ้วกลาง นวดรอบปากโดยวนปลายนิ้วเป็นวงกลมแบบก้นหอย ต่อเนื่องไป เริ่มจากมุมปากข้างหนึ่งผ่านเหนือริมฝีปาก ไปยังมุมปากอีกข้างหนึ่ง แล้ววนต่อไปยังริมฝีปากจนกลับไปที่เดิม ตามเข็มนาฬิกา
- ท่าที่ 4** นวดแขนเด็กทีละข้าง โดยจับแขนเด็กยกขึ้นแล้วใช้มืออีกข้างจับรอบแขนเด็ก นวดคลึงเป็นห่วงวงกลมจากต้นแขน ค่อย ๆ เลื่อนไปสู่ข้อมือ แล้วใช้นิ้วหัวแม่มือกดฝ่ามือเด็กเบา ๆ
- ท่าที่ 5** จับข้อมือทั้งสองข้าง ค่อย ๆ ยืดแขนออกและยกขึ้นเหนือศีรษะ แล้วยกมาแนบลำตัว จากนั้นยกแขนซ้ายและขวาขึ้นลงสลับกัน
- ท่าที่ 6** ใช้ฝ่ามือทั้งสองข้าง ลูบไล้จากบริเวณคอผ่านลงมาที่หน้าอก ท้อง ให้ฝ่ามือสัมผัสผิวหนังบริเวณกว้างที่สุดเท่าที่จะทำได้
- ท่าที่ 7** นวดขาเด็กทีละข้าง โดยจับขาเด็กยกขึ้นแล้วใช้มืออีกข้างจับรอบขา นวดคลึงเบา ๆ เป็นห่วงวงกลม เริ่มนวดจากต้นขาค่อย ๆ เลื่อนไปสู่ปลายเท้า ใช้นิ้วหัวแม่มือกดฝ่าเท้าเด็กเบา ๆ
- ท่าที่ 8** จับขาเด็กทั้ง 2 ข้าง ดันขึ้นลงสลับกันเบา ๆ ให้เหมือนกับการขี่จักรยาน หลังจากการนวดเสร็จสิ้นแล้ว ไล่เสื่อผ้าและโอบกอดเด็กไว้สักครู่ ถ้าเด็กหิว ให้เด็กรับประทาน

ดังนั้นอาจกล่าวโดยสรุปได้ว่า หลักการของ วิไล เลิศธรรมเทวี นั้นเป็นการนวดเพื่อให้เกิดความผ่อนคลายและความเพลิดเพลินกับเด็ก อีกทั้งยังเป็นการส่งเสริมพัฒนาการด้านร่างกายให้กับเด็กได้อีกด้วย



**หลักการพื้นฐานของโปรแกรมในการนวดทารก ฯ ตามหลักการส่งเสริม  
พัฒนาการเด็กทารกแรกเกิดถึง 1 ปี  
ของอุดมลักษณ์ กุลพิจิตร**

หลักการพื้นฐานของโปรแกรมการนวดทารก ฯ ตามหลักการส่งเสริมพัฒนาการเด็กทารกแรกเกิดถึง 1 ปี ของอุดมลักษณ์ กุลพิจิตร เป็นหลักการที่ใช้แนะนำผู้ให้การเลี้ยงดูเด็กในสถานรับเลี้ยงเด็ก ซึ่งมีลักษณะสำคัญดังนี้

**1. วิธีส่งเสริมพัฒนาการของเด็กทารกแรกเกิดถึง 4 เดือน**

1.1 การส่งเสริมพัฒนาการทางด้านการควบคุมกล้ามเนื้อของเด็กทารกแรกเกิดถึง 4 เดือน

1.1.1 วางเด็กทารกในท่านอนคว่ำเพื่อเด็กจะได้พยายามยกศีรษะ หัวไหล่ และลำตัวขึ้นมา

1.1.2 กำมือของเด็กทารกและค่อย ๆ ยกตัวเด็กขึ้นช้า ๆ

1.1.3 คิดนิ้วมือในตำแหน่งที่ต่างกันเช่น ข้างหลัง ข้าง ๆ และข้างหน้าของเด็กทารกสังเกตการหันศีรษะของเด็กตามที่มาของเสียง

1.1.4 วางวัตถุให้อยู่ในสายตาและตำแหน่งที่เด็กสามารถเอื้อมหยิบได้

1.2 การส่งเสริมพัฒนาการทางอารมณ์ของเด็กทารกแรกเกิดถึง 4 เดือน

1.2.1 ประสานสายตากับเด็ก

1.2.2 สัมผัสเด็ก โดยการลูบหลัง กอดรัด อุ้มจากเตียงหรือเคลื่อนเด็กไปในที่ต่าง ๆ เป็นการแสดงความรู้สึกที่ผู้ให้การเลี้ยงดูเด็กมีต่อเด็ก

1.3 การส่งเสริมพัฒนาการทางสังคมของเด็กทารกแรกเกิดถึง 4 เดือน

1.3.1 จัดให้เด็กทารกดูตัวเองในกระจก

1.3.2 ทำจุดบนเท้าและมือ ทำให้ทารกสนใจร่างกายของตนเอง

1.4 การส่งเสริมพัฒนาการทางสติปัญญาของเด็กทารกแรกเกิดถึง 4 เดือน

1.4.1 พูดคุยกับเด็ก

1.4.2 ร้องเพลง ท่องโคลงกลอน ให้เด็กฟัง

## 2. วิธีส่งเสริมพัฒนาการของเด็กทารก 4 – 8 เดือน

### 2.1 การส่งเสริมพัฒนาการทางการควบคุมกล้ามเนื้อของเด็กทารก 4 – 8 เดือน

- 2.1.1 วางวัตถุไว้บนราวในเปลเด็ก เพื่อให้เด็กได้ยกศีรษะตัว
- 2.1.2 จัดของเล่นที่ใหญ่และมีความเหมาะสมเพื่อให้เด็กสามารถเอื้อมจับและตีได้
- 2.1.3 เลือกของเล่นที่เบาให้เด็กขว้าง

### 2.2 การส่งเสริมพัฒนาการทางอารมณ์ของเด็กทารก 4 – 8 เดือน

- 2.2.1 เล่นเกมสนุก ๆ กับเด็ก เพื่อให้เด็กเกิดอารมณ์สนุกสนาน
- 2.2.2 หากเด็กแสดงอาการโกรธ ควรให้เด็กได้แสดงออกด้วยการเตะขาแกว่งแขน กรีดเสียงร้องชั่วคราว แล้วหาสาเหตุที่เด็กโกรธ จากนั้นใช้การสัมผัส นวด บริเวณหลังและขา อุ้มกอดมุดเบา ๆ เพื่อให้เด็กมีอารมณ์ดีขึ้น

### 2.3 การส่งเสริมพัฒนาการทางสังคมของเด็กทารก 4 – 8 เดือน

- 2.3.1 จัดให้เด็กได้มองตนเองในกระจกเพื่อให้เด็กรู้จักตนเองมากขึ้น ควรเป็นกระจกที่ขนาดใหญ่ให้เด็กได้เห็นทั้งตนเองและผู้อื่น
- 2.3.2 เล่นเกมเลียนแบบซึ่งกันและกันกับเด็ก เพื่อให้เด็กได้ฝึกเลียนแบบคนอื่น
- 2.3.4 เล่นเกมเกี่ยวกับการสัมผัส การมองและการได้ยินกับเด็กด้วย

### 2.4 การส่งเสริมพัฒนาการทางสติปัญญาของเด็กทารก 4 – 8 เดือน

- 2.4.1 ใช้วัตถุที่ดึงดูดความสนใจมีสีสันที่ตัดกัน ลวดลายและเนื้อผ้าแตกต่างกัน เพื่อให้เด็กเรียนรู้ด้วยการเคลื่อนไหวและใช้ประสาทสัมผัส
- 2.4.2 พัฒนาการประสานสัมพันธ์ระหว่างตา-มือของเด็ก โดยการวางของเล่น ตุ๊กตา บล็อก ของเล่นอื่น ๆ ไว้ใกล้พอที่เด็กจะเอื้อมถึงได้เอง
- 2.4.3 แสดงพฤติกรรมต่าง ๆ เพื่อให้เด็กได้เลียนแบบ เช่น การยิ้ม การอ้าปาก
- 2.4.4 นำของเล่นมาให้เด็กเล่นแล้วนำไปซ่อน จากนั้นนำออกมาใหม่และเล่นอีก เพื่อส่งเสริมให้เด็กได้มองตามวัตถุและใช้สายตาค้นหา
- 2.4.5 เล่นเกม “จ๊ะเอ๋” กับเด็กหรืออาจใช้ผ้าหรือกระดาษปิดของเล่นเพียงบางส่วนเพื่อให้เด็กดึงของเล่นออกมา หรือดึงผ้าออก

### 3. วิธีส่งเสริมพัฒนาการของเด็กทารก 8 – 12 เดือน

#### 3.1 การส่งเสริมพัฒนาการทางด้านการควบคุมกล้ามเนื้อของเด็กทารก 8 – 12 เดือน

- 3.1.1 วางของเล่นให้ไกลจากระยะเอื้อมถึงเล็กน้อย เพื่อกระตุ้นให้เด็กคลานไปหยิบ
- 3.1.2 ให้เด็กเดินโดยจับมือเด็กเดินช้า ๆ ไปรอบ ๆ ห้อง
- 3.1.3 เล่นเกมที่มีการปรบมือ การทูป การเคาะร่วมกับเด็ก
- 3.1.4 เล่นเกมย้ายวัตถุเพื่อให้เด็กได้ใช้มือทั้งสองข้างประคองวัตถุ
- 3.1.5 เตรียมวัตถุที่มีผิวสัมผัสแตกต่างกัน ให้เด็กได้มีโอกาสลูบสัมผัสวัตถุหลาย ๆ ชนิด

#### 3.2 การส่งเสริมพัฒนาการทางอารมณ์ของเด็กทารก 8 – 12 เดือน

- 3.2.1 เมื่อเด็กแสดงความพอใจ มีความสุขหรือสนุกสนาน ควรมีส่วนร่วมกับการแสดงออกทางอารมณ์กับเด็ก แสดงให้เด็กเห็นด้วยการยิ้ม ใช้น้ำเสียงที่แสดงความเป็นมิตร โอบกอด ลูบตัว ตบเด็กเบา ๆ
- 3.2.2 เมื่อเด็กแสดงความกังวลใจ ควรพูดกับเด็กด้วยน้ำเสียงเบา ๆ อย่างสงบ ร้องเพลง กอด ลูบตัวเด็ก
- 3.2.3 เมื่อเด็กแสดงความรักหรือชอบ ควรยอมรับพฤติกรรมนั้น และตอบสนองด้วยการยิ้ม และโอบกอดสัมผัสเด็ก

#### 3.3 การส่งเสริมพัฒนาการทางสังคมของเด็กทารก 8 – 12 เดือน

- 3.3.1 ริเริ่มการคุยและเล่นกับเด็ก
- 3.3.2 ให้เด็กได้เล่นเกมต่าง ๆ เช่น ตบแผละ

#### 3.4 การส่งเสริมพัฒนาการทางด้านสติปัญญาของเด็กทารก 8 – 12 เดือน

- 3.4.1 จัดของเล่นที่ดึงดูดความสนใจไว้ใกล้มือเด็ก เพื่อให้เด็กได้ใช้ประสาทสัมผัส
- 3.4.2 เล่นเกมซ่อนหา เช่น ตุ๊กตาใต้พรม ซ่อนบล็อกไว้หลังผู้ให้การเลี้ยงดูเด็ก เพื่อให้เด็กเรียนรู้เรื่องการคงอยู่ของวัตถุ
- 3.4.4 ผู้ดูแลเด็กแนะนำให้เด็กเล่นเกมที่ต้องทำท่าเลียนแบบ

ดังนั้นอาจกล่าวโดยสรุปได้ว่า หลักการส่งเสริมพัฒนาการในเด็กทารก แรกเกิดถึง 1 ปี ของคุณลักษณะ กุลพิจิตร เป็นหลักการหนึ่งในการส่งเสริมพัฒนาการเด็กอย่างครอบคลุมในทุกด้าน เพื่อมุ่งเน้นให้เด็กได้รับการดูแลเอาใจใส่อย่างถูกต้องและเหมาะสมจากผู้เลี้ยงดู นอกจากนี้ยังให้ความสำคัญกับการส่งเสริมทางด้านพัฒนาการทางอารมณ์และการมีปฏิสัมพันธ์กับเด็กโดยใช้วิธีการเล่นเกม ร้องเพลง อ่านหนังสือ ฯลฯ เพื่อกระตุ้นพัฒนาการให้แก่เด็ก

## ความเชื่อพื้นฐานของโปรแกรมการนวดทารก ฯ

1. การนวดช่วยส่งเสริมพัฒนาการของทารกได้ เพราะเด็กที่ได้รับการสัมผัสการนวดด้วยความรักจะมีพัฒนาการทางด้านอารมณ์ที่แจ่มใสเบิกบาน ไม่อแง และเป็นเด็กที่เลี้ยงง่าย
2. การนวดช่วยส่งเสริมการมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีระหว่างผู้นวดกับเด็ก
3. การนวดมีผลกับเส้นประสาท คือ ทำให้เส้นใยประสาทมีจำนวนเพิ่มขึ้นและเด็กจะเรียนรู้ได้ดี สติปัญญามั่นคง และมีภูมิคุ้มกันโรคภัยไข้เจ็บ
4. ผู้ดูแลเด็กในสถานสงเคราะห์เด็กนั้นมีความสำคัญมากในการช่วยส่งเสริมพัฒนาการด้านต่าง ๆ ของเด็กและมีหน้าที่ตอบสนองต่อพฤติกรรมและความต้องการของเด็กอย่างแท้จริง

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## หลักการของโปรแกรมการนวดทารก ๙

โปรแกรมการนวดทารก ๙ ได้นำหลักการพื้นฐานและแนวทางในการนวดและการส่งเสริมพัฒนาการของทารกตามหลักการของ Janet Speirer, วิลเลียม เลิศธรรมเทวี และ อุดมลักษณ์ กุลพิจิตร มาประยุกต์ใช้เป็นหลักการการปฏิบัติของโปรแกรมการนวดทารก ๙ ดังนี้

1. ผู้ใช้โปรแกรมการนวดทารก ๙ ต้องมีการเตรียมตัวก่อนการนวดทุกครั้ง เพื่อให้การนวดเป็นไปอย่างถูกต้องเหมาะสม
2. ผู้ใช้โปรแกรมการนวดทารก ๙ ส่งเสริมการมีปฏิสัมพันธ์ในระหว่างการดำเนินการนวด
3. ผู้ใช้โปรแกรมการนวดทารก ๙ ควรนำหลักการเกี่ยวกับวิธีการนวดส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย ตามหลักการของ Janet Speirer และ วิลเลียม เลิศธรรมเทวี มาใช้ในการนวดเพื่อช่วยให้เด็กเกิดการผ่อนคลายและส่งเสริมพัฒนาการด้านร่างกาย
4. ผู้ใช้โปรแกรมการนวดทารก ๙ ควรนำหลักการของ อุดมลักษณ์ กุลพิจิตร ในการส่งเสริมพัฒนาการในด้านต่าง ๆ ให้กับเด็กในระหว่างปฏิบัติการนวด เพื่อให้เด็กได้รับการพัฒนาที่เหมาะสมและได้รับความสนุกสนานเพลิดเพลิน
5. ผู้ใช้โปรแกรมการนวดทารก ๙ ควรตระหนักถึงการเตรียมตัวทารกก่อนการนวดทุกครั้งและควรระวังหากทารกมีอาการเจ็บป่วย เป็นไข้ ท้องเสีย หรือบาดเจ็บไม่ควรนวด

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

### วัตถุประสงค์ของโปรแกรมการนวดทารก ฯ

1. เพื่อให้เด็กได้รับการนวดซึ่งเป็นวิธีการส่งเสริมพัฒนาการของเด็ก ให้มีพัฒนาการเป็นเด็กเลี้ยงยากในระดับต่ำลงและส่งเสริมการมีปฏิสัมพันธ์ของเด็ก
2. เพื่อให้ผู้ดูแลเด็กมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับพัฒนาการของทารก พัฒนาการของทารก ความสำคัญของการมีปฏิสัมพันธ์ ประวัติความเป็นมาของการนวด และมีวิธีการนวดและเห็นความสำคัญของการนวด รวมถึงเห็นความสำคัญของการส่งเสริมพัฒนาการและการมีปฏิสัมพันธ์ในเด็ก

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## กลุ่มเป้าหมาย

กลุ่มเป้าหมายของโปรแกรมการนวดทารก ๗ คือ

1. เด็กทารก อายุ 4 – 10เดือน ซึ่งมีพื้นอารมณ์เป็นเด็กเลี้ยงยาก
2. ผู้ดูแลเด็กจากสถานสงเคราะห์เด็ก

## สาระสำคัญของโปรแกรมการนวดทารก ๗

สาระสำคัญของโปรแกรมการนวดทารก ๗ คือ หลักการและแนวทางการปฏิบัติ สำหรับผู้ใช้โปรแกรมการนวดทารก ๗ ใช้เป็นแนวทางในการส่งเสริมพื้นอารมณ์และการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก ซึ่งสาระสำคัญหลักของโปรแกรมการนวดทารก ๗ แบ่งออกเป็น 3 ตอน คือ

### ตอนที่ 1 หลักในการเตรียมตัวก่อนการนวดทารก

#### 1.1 การเตรียมตัวผู้ดูแลเด็ก

- 1.) ผู้ดูแลเด็กควรมีท่าทางที่ผ่อนคลาย
- 2.) ผู้ดูแลเด็กหามุมสบาย ๆ ภายในบ้านที่มีอุณหภูมิพอเหมาะโดยไม่มีลมโกรก อย่าให้ร่างกายเด็กถูกอากาศเย็นเพราะจะเป็นหวัดได้
- 3.) ผู้ดูแลเด็กควรล้างมือให้สะอาดหมดจดก่อนและควรตัดเล็บให้เรียบร้อย ผู้ดูแลเด็กต้องไม่เป็นโรคผิวหนัง
- 4.) ผู้ดูแลเด็กควรถอดแหวน กำไล นาฬิกา ออกก่อนเพื่อไม่ให้เครื่องประดับ เหล่านั้นครูดผิวเด็ก
- 5.) ผู้ดูแลเด็กควรทาแป้งเด็กหรือโลชั่นให้ทั่วมือเพื่อช่วยให้การนวดลื่นไหล ไม่สะดุด ก่อนเริ่มนวดควรถูมือไปมาเพื่อทำให้มืออุ่นจับเจ้าตัวดีมานวดเบา ๆ เป็นการอุ่นเครื่องก่อนสัก 3-5 นาที
- 6.) พยายามนวดเด็กอย่างเบาเมื่อ นวดไปได้สัก 5 นาที ให้สังเกตว่าเด็ก มีปฏิกิริยาอย่างไร เด็กชอบการนวดหรือไม่ ช่วงแรกเด็กอาจรู้สึกหงุดหงิด ไม่สบายตัวระหว่างการนวดผู้ดูแลเด็กอาจหยุดกิจกรรมการนวดไว้ก่อน ค่อยๆ เล่นสักพัก รอให้เด็กอารมณ์ดีแล้วค่อยหาเวลานวดใหม่

- 7.) ในขณะที่นวดควรยิ้มแย้มแจ่มใสและพูดคุยกับเด็ก และสิ่งที่สำคัญอย่างยิ่งคือต้องสบตาเด็ก เพื่อสื่อสารใยแห่งความรักให้แก่กันและกัน
- 8.) การนวดเด็กต้องนวดจากบนลงล่างและควรนวดให้ทั่วทั้งตัวโดยเฉพาะบริเวณท้องเพื่อเป็นการกระตุ้นอวัยวะภายในให้ทำหน้าที่ได้ดีขึ้น และบริเวณหลัง ซึ่งจะช่วยให้กล้ามเนื้อของเด็กผ่อนคลายและสบายตัวขึ้น ในกรณีที่เด็กไม่ชอบให้นวดในบางตำแหน่ง อาจเริ่มนวดจากบริเวณที่เด็กชอบก่อนก็ได้
- 9.) เมื่อนวดส่วนหนึ่งเสร็จแล้ว ให้ลูบส่วนนั้นให้ทั่วอีกครั้งหนึ่งก่อนจะลงมือนวดส่วนอื่นต่อไป จะทำให้เด็กรับรู้สัมผัสอย่างต่อเนื่อง

## 1.2 การเตรียมตัวเด็กทารก

- 1.) ผู้ดูแลเด็กควรเลือกช่วงเวลาที่ยารกอยู่ในอิริยาบถที่สบาย ๆ ถ้าเป็นช่วงหลังอาบน้ำจะยิ่งดี เพราะเด็กจะรู้สึกสดชื่นมาก แต่ไม่ควรนวดระหว่างที่เด็กง่วงนอน หรือหลังจากที่เด็กเพิ่งทานอิ่มใหม่ ๆ หรือดูดนมเพิ่งเสร็จ เพราะจะกระตุ้นให้เด็กอาเจียนได้
- 2.) ควรถอดเสื้อผ้าของเด็กออกให้หมด เหลือแต่เพียงผ้าอ้อมเท่านั้น เพื่อความสะดวกในการนวดและเพื่อให้ผิวของเด็กกับมือของผู้ดูแลเด็กสัมผัสกันอย่างแนบแน่น และควรเตรียมผ้าอ้อมไว้ใกล้มือหลาย ๆ ผืนด้วย เพราะขณะที่นวดอาจเป็นการกระตุ้นให้เด็กปัสสาวะมากขึ้น
- 3.) ก่อนนวดเด็ก ผู้ดูแลเด็กควรเพิ่มบรรยากาศในการนวดตัวให้เด็กด้วยการเปิดเพลงคลาสสิกเบา ๆ คลอไประหว่างที่นวดให้เด็ก เพราะจะทำให้ทั้งผู้ดูแลเด็กและเด็กรู้สึกผ่อนคลายมากขึ้น

## 1.3 การเตรียมอุปกรณ์

- 1.) แป้งเด็ก หรือน้ำมัน หรือ โลชั่น สำหรับทาเมื่อผู้ดูแลเด็กให้นิ้วมือสไลด์ เพื่อความสะดวกในการนวด
- 2.) เบาะให้เด็กนอน ซึ่งควรเป็นเบาะค่อนข้างแข็งหรืออาจจะใช้ผ้าเช็ดตัวหนา ๆ ปูรองก็ได้
- 3.) เครื่องเล่นเทพและตลับเทพเพลงคลาสสิก และอุปกรณ์อื่น ๆ เช่น ของเล่น และตุ๊กตา



#### 1.4 ข้อควรระวังสำหรับการนวด

- 1.) ไม่ควรนวด ถ้าเด็กมีสุขภาพไม่ดี หรือมีโรคประจำตัว
- 2.) ไม่ควรนวด ถ้าเด็กอยู่ในระหว่างเจ็บป่วย เช่น เป็นไข้ ท้องเสีย ฯลฯ
- 3.) ไม่ควรนวด ถ้าเด็กได้รับบาดเจ็บตามส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย
- 4.) ไม่ควรนวด ถ้าเด็กเพิ่งฉีดวัคซีน ควรรอสักหนึ่งสัปดาห์ก่อน
- 5.) ไม่นวด ถ้าเด็กผิวหนังมีปัญหา เช่น เป็นผื่นคัน ผื่นอักเสบ

## ตอนที่ 2 วิธีการนวดทารก

### 2.1 การนวดหน้า

- 1.) เริ่มจากนวดโดยใช้ปลายนิ้วหัวแม่มือทั้งสองข้าง วนเป็นวงกลมที่หน้าผาก จากนั้นลากนิ้วหัวแม่มือลงมาที่ขมับ ทำเช่นนี้ 10 ครั้ง
- 2.) วางนิ้วหัวแม่มือทั้งสองข้างตรงหัวคิ้ว วนนิ้วเป็นวงกลมแล้วลากนิ้วทั้งสองข้างจากหัวคิ้วไปจนถึงหางคิ้ว ทำเช่นนี้ 10 ครั้ง
- 3.) วางนิ้วหัวแม่มือทั้งสองข้าง บริเวณด้านข้างของจมูกแล้วลูบลงมาใต้จมูกผ่านแก้มและวนรอบบริเวณโหนกแก้มเป็นวงกลม ทำเช่นนี้ 10 ครั้ง
- 4.) ใช้ฝ่ามือทั้งสองข้างลูบผ่านหลังใบหูลงมาจนถึงคาง ทำเช่นนี้ 10 ครั้ง
- 5.) ใช้ฝ่ามือหนึ่งข้าง คลึงบริเวณคางของเด็ก 4-5 ครั้ง

### 2.2 การนวดหน้าอก

วางมือทั้งสองข้างลงตรงกลางอก ลากมือออกจากกันไปทางด้านข้างลำตัวตามแนวซี่โครง ลักษณะเหมือนกับการเปิดหนังสือแล้วรูดหน้าหนังสือให้เรียบร้อย จากนั้นลากมือทั้งสองข้างให้มาชนกันที่กลางท้อง ทำเช่นนี้ 10 ครั้ง

### 2.3 การนวดท้อง

ให้ใช้มือขวาลากเป็นเส้นตรงจากบนลงล่าง บริเวณท้องน้อยด้านซ้าย จากนั้นวางฝ่ามือตั้งฉากกับท้องเด็ก เคลื่อนมือลงด้านล่างที่ละข้าง โดยเริ่มจากชายโครง ทำเป็นจังหวะเมื่อมือข้างหนึ่งเลื่อนลงจนสุดก็เริ่มเคลื่อนอีกข้างจากชายโครงลงด้านล่าง ทำเช่นนี้ 10 ครั้ง

## 2.4 การนวดแขน

- 1.) ใช้มือข้างหนึ่งจับแขนเด็กยกขึ้น ใช้มืออีกข้างกำรอบแขนของเด็กจากนั้นหมุนมือบิดไปมา บีบนวด เคลื่อนจากข้อมือไปจนถึงต้นแขนและเคลื่อนจากต้นแขนมาถึงข้อมือ ทำเช่นนี้ 5 ครั้ง
- 2.) กลิ้งแขนเด็กไปมาระหว่างมือทั้งสองข้าง โดยเริ่มจากข้อมือไปจนถึงต้นแขน ทำเช่นนี้ 5 ครั้ง

## 2.5 การนวดมือ

- 1.) ใช้นิ้วหัวแม่มือทั้งสองข้างกดบริเวณฝ่ามือของเด็กแล้วนวดจากข้างล่างของฝ่ามือไปจนถึงโคนนิ้ว ทำเช่นนี้ 10 ครั้ง
- 2.) พลิกหลังมือของเด็กขึ้นมาแล้วนวดโคนนิ้วแต่ละนิ้วไปสู่ปลายนิ้ว ทำเช่นนี้จนครบทุกนิ้ว
- 3.) หายฝ่ามือของเด็กขึ้น ใช้นิ้วนวดนิ้วของเด็กจากโคนนิ้วไปสู่ปลายนิ้ว ทำเช่นนี้จนครบทุกนิ้ว
- 4.) ใช้มือลูบต้นแขนเด็กลงมาจนถึงปลายนิ้ว ทำเช่นนี้ 5 ครั้ง ก่อนเริ่มนวดแขนและมือ ข้างต่อไป

## 2.6 การนวดขา

- 1.) ใช้มือข้างหนึ่งจับขาเด็กยกขึ้น ใช้มืออีกข้างกำรอบขาของเด็ก แล้วหมุนมือบิดไปมา บีบนวดโดยเคลื่อนจากข้อเท้าไปจนถึงต้นขาและเคลื่อนจากต้นขาลงมาถึงข้อเท้า ทำเช่นนี้ 10 ครั้ง
- 2.) จากนั้นกลิ้งขาเด็กไปมาระหว่างมือทั้งสองข้าง โดยเริ่มจากน่องไปจนถึงต้นขา

## 2.7 การนวดเท้า

- 1.) ใช้นิ้วหัวแม่มือทั้งสองข้างกดบริเวณฝ่าเท้าของเด็กแล้วนวดไล่จากฝ่าเท้าไปสู่โคนนิ้ว ทำเช่นนี้ 10 ครั้ง
- 2.) พลิกหลังเท้าของเด็กขึ้น ใช้นิ้วหัวแม่มือทั้งสองข้างนวดนิ้ว โดยเริ่มนวดจากโคนนิ้วไปหาปลายนิ้ว นวดเช่นนี้จนครบทุกนิ้ว
- 3.) ยกฝ่าเท้าของเด็กขึ้นแล้วนวดนิ้วจากโคนนิ้วไปหาปลายนิ้ว นวดเช่นนี้จนครบทุกนิ้ว

## 2.8 การนวดหลัง

- 1.) เริ่มจากพลิกตัวเด็กให้นอนคว่ำ หันใบหน้าเด็กให้อยู่ในลักษณะสบาย
- 2.) ใช้ฝ่ามือคลึงบริเวณหัวไหล่ทั้งสองข้างของเด็ก ทำเช่นนี้ 10 ครั้ง
- 3.) ถูฝ่ามือทั้งสองข้างกับหลังของเด็กในจังหวะเดินหน้าและถอยหลังโดยให้มือข้างหนึ่งเคลื่อนลงและอีกมือเคลื่อนขึ้น ขณะเดียวกันก็ให้นวดเลื่อนลงมาจนถึงก้นกบ ทำเช่นนี้ 10 ครั้ง

## 2.9 บริหารแขน

พลิกตัวเด็กนอนหงาย แล้วใช้มือทั้งสองข้างจับข้อมือเด็ก ยกแขนเด็กขึ้นลงสลับกัน ทำเช่นนี้ 10 ครั้ง

## 2.10 บริหารขาและเข้า

งอเข้าเด็ก ดันขึ้นและลงเบา ๆ สลับกัน ทำเช่นนี้ 10 ครั้ง

เมื่อนวดครบหมดทุกส่วนแล้วให้ลูบร่างกายเด็กจนทั่วตัวแล้วคุยกับเด็กว่ารู้สึกอย่างไรบ้าง จากนั้นอุ้มเด็กขึ้นมา โอบกอดเด็กไว้สักพักแล้วสวมเสื้อผ้าให้

## ตอนที่ 3 กิจกรรมในการส่งเสริมพัฒนาการเด็ก ในระหว่างการนวด

### 3.1 กิจกรรมส่งเสริมพัฒนาการด้านร่างกาย

- 1.) หลังจากนวดหน้าเสร็จแล้ว ให้ตีตบนิ้ว หรือ ปรบมือในตำแหน่งต่าง ๆ เพื่อให้เด็กเหลียวมือตามเสียง
- 2.) หลังจากนวดแขนและมือทั้งสองข้างเสร็จแล้ว ให้นำของเล่นหลากสีมาให้เด็กหยิบจับ เขย่า และนำของเล่นที่มีลักษณะพื้นผิวแตกต่างกันมาให้เด็กสัมผัส

### 3.2 กิจกรรมส่งเสริมพัฒนาการด้านอารมณ์และจิตใจ

- 1.) สบตาเด็กทุกครั้งที่ปฏิบัติการนวด กอดเด็กหลังจากนวดเสร็จแล้วทุกครั้ง
- 2.) เล่น “เกมจ๊ะเอ๋” กับเด็ก
- 3.) ใช้นิ้วเขียนตัวหนังสือ ที่หน้าอกเด็ก เช่น คำว่า รัก
- 4.) เล่น “เกมปูไต่” กับเด็ก

### 3.3 กิจกรรมส่งเสริมพัฒนาการด้านสังคมและการปฏิสัมพันธ์

- 1.) นำกระจกเงามาวางให้เด็กได้เห็นหน้าตัวเองในขณะที่ได้รับการนวด
- 2.) เล่นเกมเลียนแบบสีหน้า โดยผู้ดูแลเด็กแสดงสีหน้าในลักษณะต่าง ๆ เพื่อให้เด็กเลียนแบบสีหน้า เช่น การยิ้ม การหัวเราะ การร้องไห้ การแลบลิ้น การห่อปาก การอ้าปาก การทำตาโต ฯลฯ

### 3.4 กิจกรรมส่งเสริมพัฒนาการด้านสติปัญญา

- 1.) นำของเล่นที่มีสีสัน ลวดลายในลักษณะต่าง ๆ มาให้เด็กจับต้องเพื่อฝึกประสาทสัมผัส
- 2.) ทำเสียงในลักษณะต่าง ๆ ให้เด็กฟัง เช่น เสียงฮัมเพลง เสียงกระดกลิ้น
- 3.) เรียกชื่อเด็ก พูดกับเด็ก
- 4.) เล่นเกมจ๊ะเอ๋กับเด็ก
- 5.) นำของเล่นซ่อนไว้ใต้ผ้า ให้เด็กดึงของเล่นออกมา

## การดำเนินกิจกรรมในโครงการนวดทารก ฯ

โครงการนวดทารกเพื่อส่งเสริมพื้่นอารมณ์และการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก ในสถาน  
สงเคราะห์เด็กได้กำหนดขั้นตอนการดำเนินกิจกรรมในโครงการนวดทารก ฯ ไว้ 3 ระยะ คือ

ระยะที่ 1 ขั้นเตรียมการ

ระยะที่ 2 ขั้นการดำเนินการนวดกับเด็กทารก

ระยะที่ 3 ขั้นสรุปและอภิปรายผลการใช้โครงการนวดทารก ฯ

รายละเอียดการดำเนินกิจกรรมในโครงการนวดทารก ฯ มีรายละเอียดดังตารางที่ 1

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 1 แสดงการดำเนินงานกิจกรรมในโปรแกรมการรณรงค์เพื่อส่งเสริมพันธุกรรมในสถานสงเคราะห์เด็ก

<p>ระยะที่ 1 ขั้นเตรียมการ</p>	<p>ระยะที่ 2 ขั้นดำเนินการรณรงค์บพทกร</p>	<p>ระยะที่ 3 ขั้นสรุปและอภิปรายผล การใช้โปรแกรมรณรงค์บพทกร ฯ</p>
<p>1. เลื่อนเด็กทารกที่มีพันธุกรรมเป็นเด็กเลี้ยงยาก</p> <p>2. เลื่อนผู้ดูแลเด็กที่มีความสมัครใจต้องการเข้าร่วมโปรแกรมการรณรงค์บพทกร ฯ</p> <p>3. นัดหมาย วันและเวลาในการอบรมผู้ดูแลเด็ก</p> <p>4. อบรมผู้ดูแลเด็ก</p>	<p>1. การเตรียมตัวก่อนการรณรงค์</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>*การเตรียมตัวผู้ดูแลเด็ก</li> <li>*การเตรียมตัวเด็ก</li> <li>*การเตรียมอุปกรณ์</li> </ul> <p>2. การรณรงค์บพทกร</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>*การรณรงค์หน้า, การรณรงค์หน้าออก, การรณรงค์ของ, การรณรงค์แขน, การรณรงค์มือ, การรณรงค์ขา, การรณรงค์เท้า, การรณรงค์หลัง</li> </ul> <p>3. การส่งเสริมพัฒนาการด้านต่าง ๆ ในระหว่างการรณรงค์</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>*การส่งเสริมพัฒนาการด้านร่างกาย</li> <li>*การส่งเสริมพัฒนาการด้านอารมณ์</li> <li>*การส่งเสริมพัฒนาการด้านสังคม-การปฏิสัมพันธ์</li> <li>*การส่งเสริมพัฒนาการด้านสติปัญญา</li> </ul>	<p>1. ติดตามผลและเก็บรวบรวมข้อมูล</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>*เข้าสู่เกิดเด็กทารกในขณะปฏิบัติกิจกรรมการเล่น</li> <li>*สัมภาษณ์ผู้ดูแลเด็กเกี่ยวกับพฤติกรรมของทารกหลังจากการรณรงค์</li> <li>*แจกแบบสอบถามเพื่อนอารมณ์ของทารกในสถานสงเคราะห์เด็กให้ผู้ดูแลเด็กประเมินเพื่อนอารมณ์เด็กหลังจากการรณรงค์</li> </ul> <p>2. วิเคราะห์ข้อมูลและอภิปรายผลแล้วนำข้อมูลมาปรับปรุงโปรแกรมการรณรงค์ ททกร ฯ เพื่อให้ได้โปรแกรมการรณรงค์ ททกร ฯ ที่มีประสิทธิภาพ</p>

ระยะที่ 1 ขั้นเตรียมการ

1. เลือกเด็กทารกที่มีพื้นอารมณ์เป็นเด็กเลี้ยงยาก โดยวิธีการดังนี้
  - 1.1 การสัมภาษณ์ผู้ดูแลเด็ก
  - 1.2 การสอบถามโดยใช้แบบสอบถามพื้นอารมณ์ของทารกในสถานสงเคราะห์เด็ก
  - 1.3 เข้าทำการสังเกตการณ์ปฏิสัมพันธ์ของทารกต่อกิจกรรมการเล่นและต่อผู้ดูแลเด็ก
2. เลือกผู้ดูแลเด็กที่มีความสมัครใจต้องการเข้าร่วมโปรแกรมการนวดทารก ฯ
3. นัดหมาย วันและเวลาในการอบรมผู้ดูแลเด็กเพื่อให้มีความรู้ความเข้าใจในเรื่องการนวดทารก
4. จัดฝึกอบรมให้ความรู้ความเข้าใจแก่ผู้ดูแลเด็ก ในเรื่องต่อไปนี้
  - 4.1 พัฒนาการเด็กทารก
  - 4.2 การส่งเสริมพัฒนาการเด็กทารก
  - 4.3 พื้นอารมณ์เด็กทารก
  - 4.4 การมีปฏิสัมพันธ์
  - 4.5 ประโยชน์ของการนวด
  - 4.6 วิธีการนวด

กิจกรรมการอบรม : การบรรยาย  
 : สอบถามความคิดเห็น  
 : สาธิต  
 : ทดลองปฏิบัติ

สื่อที่ใช้ในการอบรม : เอกสารเกี่ยวกับพัฒนาการเด็กทารก  
 : เอกสารพื้นอารมณ์ทารก  
 : เอกสารการปฏิสัมพันธ์  
 : เอกสารการนวดทารก  
 : ตุ๊กตาพลาสติกสำหรับฝึกนวด  
 : เทปเพลงคลาสสิก  
 : เบบี้ออยล์

## ขั้นตอนการจัดฝึกอบรมให้ความรู้ความเข้าใจแก่ผู้ดูแลเด็ก

### วันที่ 1 เรื่องพัฒนาการเด็กทารก และการส่งเสริมพัฒนาการเด็ก (ใช้เวลา 2 ชั่วโมง)

1. พูดคุย ชักถามเกี่ยวกับความรู้พื้นฐานของผู้ดูแลเด็กในเรื่องพัฒนาการเด็กทารกแรกเกิดถึง 1 ขวบ
2. อธิบายเกี่ยวกับพัฒนาการด้านร่างกาย การเคลื่อนไหว อารมณ์ สังคมและสติปัญญาของทารกแรกเกิด โดยใช้แผ่นใสประกอบ
3. แนะนำวิธีการส่งเสริมพัฒนาการเด็กทารกในด้านต่าง ๆ พร้อมชักถามถึงวิธีการที่\*ผู้ดูแลเด็กได้ปฏิบัติในการส่งเสริมพัฒนาการเด็กว่ามีอะไรบ้าง
4. อธิบายถึงความหมายของพื้นอารมณ์
5. พูดคุย ชักถามถึงลักษณะพื้นอารมณ์ในแต่ละด้านของทารกในสถานสงเคราะห์ส่วนใหญ่เป็นอย่างไร
6. อธิบายถึงการแบ่งประเภทของเด็กตามพื้นอารมณ์
7. ชักถามเกี่ยวกับการมีปฏิสัมพันธ์ของทารกในสถานสงเคราะห์ว่ามีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นเป็นเช่นไร
8. อธิบายความสำคัญของการมีปฏิสัมพันธ์ บทบาทของผู้ดูแลเด็กในการสร้างปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับทารก
9. สรุปความสำคัญของวัยทารกและบทบาทของผู้ดูแลเด็ก

**กิจกรรมการอบรม** : การบรรยายและชักถาม

**สื่อที่ใช้ในการอบรม** : เอกสารเกี่ยวกับพัฒนาการเด็กทารก

: พัฒนาการเด็กทารก

: เอกสารพื้นอารมณ์ทารก

: เอกสารการปฏิสัมพันธ์



## วันที่ 2 ความเป็นมา ความสำคัญของการนวด ประโยชน์และวิธีการนวดทารก

(ใช้เวลา 2 ชั่วโมง)

1. อธิบายถึงประวัติความเป็นมาของการนวด
2. ชักถามความคิดเห็นถึงความสำคัญของการนวดทารกจากผู้ดูแลเด็ก
3. อธิบายว่าการนวดทารกมีประโยชน์และมีความสำคัญอย่างไร
4. สาธิตวิธีการนวดทารก ในท่าต่อไปนี้
  - 4.1 การนวดหน้า
  - 4.2 การนวดหน้าอก
  - 4.3 การนวดท้อง
  - 4.4 การนวดแขน
  - 4.5 การนวดมือ
  - 4.6 การนวดขา
  - 4.7 การนวดเท้า
  - 4.8 การนวดหลัง
5. แนะนำกิจกรรมส่งเสริมพัฒนาการระหว่างปฏิบัติการนวด
  - 4.1 เกมจ๊ะเอ๋
  - 4.2 เกมปูไต่
  - 4.3 เกมเลียนแบบสีหน้า
  - 4.4 เกมซ่อนของ
  - 4.5 การร้องเพลง
  - 4.6 การทำเสียงในลักษณะต่าง ๆ
6. ฝึกปฏิบัติการนวดกับตุ๊กตาพลาสติก
7. สรุปถึงความสำคัญของการนวดและบทบาทของผู้ดูแลเด็กในการนวดทารก

**กิจกรรมการอบรม** : การบรรยาย : สอบถามความคิดเห็น

: สาธิต : ฝึกปฏิบัติ

**สื่อที่ใช้ในการอบรม** : เอกสารการนวดทารก

: ตุ๊กตาพลาสติกสำหรับฝึกนวด

: เทปเพลงคลาสสิก

: เบบี้ออยล์

**วันที่ 3 ฝึกทบทวนวิธีปฏิบัติกรณวดและวิธีการส่งเสริมพัฒนาการด้านต่าง ๆ**

(ใช้เวลา 2 ชั่วโมง)

โดยฝึกนวดเป็นคู่ ๆ ผู้ให้การอบรมคอยดูแลให้คำแนะนำ

กิจกรรมการอบรม : สาธิต

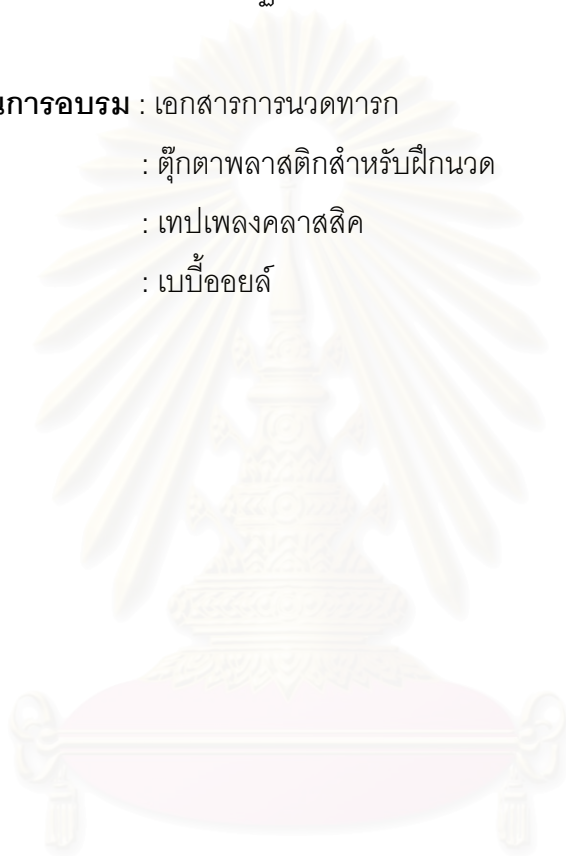
: ทดลองปฏิบัติ

**สื่อที่ใช้ในการอบรม :** เอกสารการนวดทารก

: ตุ๊กตาพลาสติกสำหรับฝึกนวด

: เทปเพลงคลาสสิก

: เบบี้ออยล์



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ระยะที่ 2 ระยะดำเนินการนวดเด็กทารก

### 1. กิจกรรมการเตรียมตัวก่อนการนวด

#### \* การเตรียมตัวผู้ดูแลเด็ก

1.1 ผู้ดูแลเด็กจัดเวลาและสถานที่ ที่สะดวกในการทำการนวดและก่อนนวดเตรียมตัวให้พร้อมในเรื่อง การตัดเล็บ การปลดเครื่องประดับออกจากมือและแขน ล้างมือให้สะอาด ต้องไม่เป็นโรคผิวหนัง และอย่าลืมเตรียมใจให้สบาย

#### \* การเตรียมตัวเด็ก

1.2 ผู้ดูแลเด็กเตรียมจัดหาเด็กที่กำลังอยู่ในอารมณ์สบาย หรือ ผู้ดูแลเด็กอาจช่วยเด็กในการผ่อนคลายให้เด็กรู้สึกสบายก่อนดำเนินการนวด เช่น การอุ้มเด็กเดินเล่น หรือการร้องเพลงให้เด็กฟัง

#### \* การเตรียมอุปกรณ์

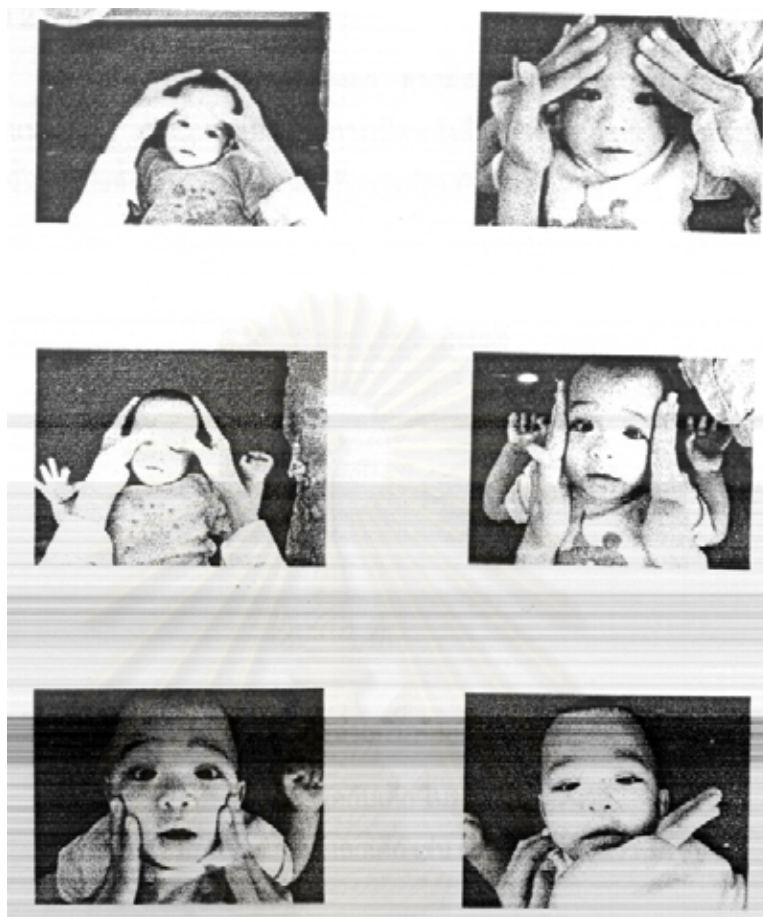
1.3 ทาครีมด้วยเบบี้ออยล์ ก่อนทุกครั้งเพื่อให้มีกลิ่น เตรียมเปิดเพลงคลาสสิกเบา ๆ เพื่อสร้างบรรยากาศในการนวด หาเบาะมาปูเพื่อให้เด็กนอนและนำของเล่นสีสันสดใสวางไว้ใกล้ ๆ

### 2. กิจกรรมการนวด

เมื่อเตรียมตัวผู้ดูแลเด็ก เตรียมตัวเด็กและอุปกรณ์เสร็จแล้ว นำเด็กนอนบนเบาะ แล้วถอดเสื้อผ้าเด็กออกให้เหลือเพียงผ้าอ้อม จากนั้นลูบไล้เด็กเบา ๆ ก่อนแล้วสังเกตพฤติกรรมของเด็ก หากเด็กยินยอมให้นวด จึงเริ่มนวดได้ โดยนวดตามอวัยวะต่าง ๆ ต่อไปนี้

#### ท่าที่ 1 การนวดหน้า

ผู้ดูแลเด็กเริ่มนวดโดยใช้ปลายนิ้วหัวแม่มือทั้งสองข้างวนเป็นวงกลมที่หน้าผาก จากนั้นลากนิ้วหัวแม่มือลงมาที่ขมับ ทำเช่นนี้ 10 ครั้ง แล้ววางนิ้วหัวแม่มือทั้งสองข้างตรงหัวคิ้ว วนนิ้วเป็นวงกลมแล้วลากนิ้วทั้งสองข้างจากหัวคิ้วไปจนถึงหางคิ้ว ทำเช่นนี้ 10 ครั้ง จากนั้นให้ใช้นิ้วหัวแม่มือทั้งสองข้าง วางไว้บริเวณด้านข้างของจมูก ลูบนิ้วทั้งสองข้าง ลงมาถึงใต้จมูกผ่านแก้มแล้วใช้นิ้ววนเป็นวงกลมรอบบริเวณโหนกแก้ม ทำเช่นนี้ 10 ครั้ง หลังจากนั้นให้ผู้ดูแลเด็กหงายฝ่ามือของตนขึ้น ใช้ฝ่ามือทั้งสองข้างประคองหน้าเด็กแล้วลูบฝ่ามือผ่านหลังใบหูลงมาถึงคาง ทำเช่นนี้ 10 ครั้ง แล้วใช้ฝ่ามือข้างหนึ่งคลึงบริเวณคางของเด็ก ประมาณ 4-5 ครั้ง



## สถาบันวิทยบริการ

กิจกรรมเสนอแนะสำหรับการส่งเสริมพัฒนาการเด็ก :

1. สบตาเด็ก เรียกชื่อเด็ก พุดกับเด็ก ในระหว่างการนวด
2. ตีตื้น หรือ ปรบมือในตำแหน่งต่าง ๆ เพื่อให้เด็กเหลียวมามองตามเสียง
3. นำกระจกเงามาวางให้เด็กได้เห็นหน้าตัวเองในขณะที่ได้รับการนวด
4. เล่นเกมเลียนแบบสีหน้า โดยผู้ดูแลเด็กแสดงสีหน้า ในลักษณะต่าง ๆ เพื่อให้เด็กเลียนแบบสีหน้า เช่น การยิ้ม การหัวเราะ การร้องไห้ การแลบลิ้น การห่อปาก การอ้าปาก การทำตาโต ฯลฯ

## ท่าที่ 2 การนวดหน้าอก

วางมือทั้งสองข้างลงตรงกลางอก ลากมือออกจากกันไปทางด้านข้างลำตัวตามแนวซี่โครง ลักษณะเหมือนกับการเปิดหนังสือแล้วรีดหน้าหนังสือให้เรียบร้อย จากนั้นลากมือทั้งสองข้างให้มาชนกันที่กลางท้อง ทำเช่นนี้ 10 ครั้ง



กิจกรรมเสนอแนะสำหรับการส่งเสริมพัฒนาการเด็ก :

1. สบตาเด็ก เรียกชื่อเด็ก พุดกับเด็ก ในระหว่างการนวด
2. ใช้นิ้วเขียนตัวอักษรที่หน้าอกเด็ก เช่น ตัว ร มาจากคำว่า รัก ฯลฯ
3. เล่น “เกมปูไต่” กับเด็ก
4. นำกระจกเงามาวางให้เด็กได้เห็นหน้าตัวเองในขณะที่ได้รับการนวด

### ทำที่ 3 การนวดแขน

ผู้ดูแลเด็กใช้มือข้างหนึ่งจับแขนเด็กยกขึ้น แล้วใช้มืออีกข้างกำรอบแขนของเด็กจากนั้น บิดมือ บีบนวด เคลื่อนลงจากข้อมือไปถึงต้นแขนและเคลื่อนขึ้นจากต้นแขนมาถึงข้อมือ ทำเช่นนี้ 5-10 ครั้ง แล้วใช้ฝ่ามือทั้งสองข้างประคองแขนเด็ก แล้วคลึงแขนเด็กไปมาระหว่างมือทั้งสองข้าง โดยเริ่มจากข้อมือไปจนถึงต้นแขน ทำเช่นนี้ 5-10 ครั้ง



กิจกรรมเสนอแนะสำหรับการส่งเสริมพัฒนาการเด็ก :

1. สบตาเด็ก เรียกชื่อเด็ก พุดกับเด็ก ในระหว่างการนวด
2. นำของเล่นหลากสีมาให้เด็กหยิบจับ เขย่า และนำของเล่นที่มีลักษณะพื้นผิวแตกต่างกันมาให้เด็กสัมผัส
3. เล่น “เกมปูไต่” กับเด็ก
4. นำของเล่นซ่อนไว้ใต้ผ้า ให้เด็กดึงของเล่นออกมา
5. นำกระจกเงามาวางให้เด็กได้เห็นหน้าตัวเองในขณะที่ได้รับการนวด

#### ทำที่ 4 การนวดมือ

ใช้นิ้วหัวแม่มือทั้งสองข้างกดบริเวณฝ่ามือของเด็กแล้วนวดจากข้างล่างของฝ่ามือไปจนถึงโคนนิ้ว ทำเช่นนี้ 10 ครั้ง จากนั้นพลิกหลังมือของเด็กขึ้นมาแล้วนวดโคนนิ้วแต่ละนิ้วไปสู่ปลายนิ้ว ทำเช่นนี้จนครบทุกนิ้ว แล้วหงายฝ่ามือของเด็กขึ้น ใช้นิ้วชี้และนิ้วหัวแม่มือนวดนิ้วของเด็กจากโคนนิ้วไปสู่ปลายนิ้ว ทำเช่นนี้จนครบทุกนิ้ว ใช้นิ้วมือลูบต้นแขนเด็กลงมาจนถึงปลายนิ้ว ทำเช่นนี้ 5 ครั้ง ก่อนเริ่มนวดแขนและมือข้างต่อไป



#### กิจกรรมเสนอแนะสำหรับการส่งเสริมพัฒนาการเด็ก :

1. สบตาเด็ก เรียกชื่อเด็ก พุดกับเด็ก ในระหว่างการนวด
2. นำกระจกเงามาวางให้เด็กได้เห็นหน้าตัวเองในขณะที่ได้รับการนวด
3. เล่น “เกมจ๊ะเอ๋” กับเด็ก โดยนำมือของเด็กมาปิดตาของเด็ก หรือนำมือเด็กมาปิดตาผู้ดูแลเด็ก
4. ควรนำของเล่นที่มีสีสัน ลวดลายในลักษณะต่าง ๆ มาให้เด็กจับต้องเพื่อฝึกประสาทสัมผัส
5. นำของเล่นหลากสีมาให้เด็กหยิบจับ เขย่า และนำของเล่นที่มีลักษณะพื้นผิวแตกต่างกันมาให้เด็กสัมผัส

### ท่าที่ 5 การนวดท้อง

ใช้มือขวาลากเป็นเส้นตรงจากบนลงล่าง บริเวณท้องน้อยด้านซ้าย จากนั้นวางฝ่ามือตั้งฉากกับท้องเด็ก เคลื่อนมือลงด้านล่างทีละข้าง โดยเริ่มจากชายโครง ทำเป็นจังหวะเมื่อมือข้างหนึ่งเลื่อนลงจนสุดก็เริ่มเคลื่อนอีกข้างจากชายโครงลงด้านล่าง ทำเช่นนี้ 10 ครั้ง



กิจกรรมเสนอแนะสำหรับการส่งเสริมพัฒนาการเด็ก :

1. สบตาเด็ก เรียกชื่อเด็ก พุดกับเด็ก ในระหว่างการนวด
2. นำกระจกเงามาวางให้เด็กได้เห็นหน้าตัวเองในขณะที่ได้รับการนวด
3. เล่น “เกมปูไต่” กับเด็ก



## ทำที่ 6 การนวดขา

ผู้ดูแลเด็กใช้มือข้างหนึ่งจับขาเด็กยกขึ้น แล้วใช้มืออีกข้างกำรอบขาของเด็ก จากนั้น บิดมือ บีบนวด เคลื่อนลงจากข้อเท้าไปถึงต้นขาและเคลื่อนขึ้นจากต้นขามาถึงข้อเท้า ทำเช่นนี้ 5-10 ครั้ง แล้วใช้ฝ่ามือทั้งสองข้างประคองขาข้างหนึ่งของเด็ก แล้วคลึงขาเด็กไปมาระหว่างมือทั้งสองข้าง โดยเริ่มจากน่องไปจนถึงต้นขา ทำเช่นนี้ 5-10 ครั้ง

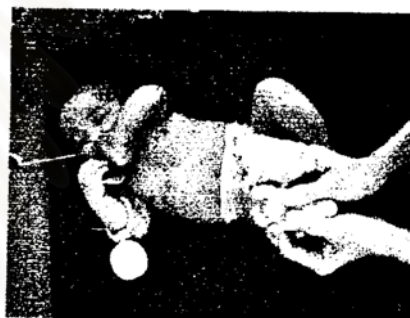


### กิจกรรมเสนอแนะสำหรับการส่งเสริมพัฒนาการเด็ก :

1. สบตาเด็ก เรียกชื่อเด็ก พูดกับเด็ก ในระหว่างการนวด
2. นำกระจกเงามาวางให้เด็กได้เห็นหน้าตัวเองในขณะที่ได้รับการนวด
3. เล่น “เกมปูไต่” กับเด็ก
4. ทำเสียงในลักษณะต่าง ๆ ให้เด็กฟัง เช่น เสียงฮัมเพลง เสียงกระดก鈴

## ท่าที่ 7 การนวดเท้า

ใช้นิ้วหัวแม่มือทั้งสองข้างกดบริเวณฝ่าเท้าของเด็กแล้วนวดจากข้างล่างของฝ่าเท้าไปจนถึงโคนนิ้ว ทำเช่นนี้ 5-10 ครั้ง จากนั้นพลิกหลังเท้าของเด็กขึ้นมาแล้วนวดโคนนิ้วแต่ละนิ้วไปสู่ปลายนิ้ว ทำเช่นนี้จนครบทุกนิ้ว แล้วหงายฝ่าเท้าของเด็กขึ้น ผู้ดูแลเด็กใช้นิ้วชี้และนิ้วหัวแม่มือนวดนิ้วเท้าของเด็กจากโคนนิ้วไปสู่ปลายนิ้ว ทำเช่นนี้จนครบทุกนิ้ว แล้วใช้มืออุบขาเด็กลงมาจนถึงปลายนิ้ว ทำเช่นนี้ 5-10 ครั้ง ก่อนเริ่มนวดขาและเท้าข้างต่อไป



กิจกรรมเสนอแนะสำหรับการส่งเสริมพัฒนาการเด็ก :

1. สบตาเด็ก เรียกชื่อเด็ก พุดกับเด็ก ในระหว่างการนวด
2. นำกระจกเงามาวางให้เด็กได้เห็นหน้าตัวเองในขณะที่ได้รับการนวด
3. เล่น “เกมปูไต่” กับเด็ก
4. นำของเล่นที่มีลักษณะพื้นผิวแตกต่างกันมาสัมผัสที่เท้าเด็กเพื่อฝึกประสาทสัมผัส

### ท่าที่ 8 การนวดหลัง

เริ่มจากผู้ดูแลเด็กพลิกตัวเด็กให้นอนคว่ำ หันใบหน้าเด็กให้อยู่ในลักษณะสบาย ใช้ฝ่ามือคลึงบริเวณหัวไหล่ทั้งสองข้างของเด็ก ทำเช่นนี้ 10 ครั้ง ฝ่ามือทั้งสองข้างกับหลังของเด็ก ในจังหวะเดินหน้าและถอยหลังโดยให้มือข้างหนึ่งเคลื่อนลงและอีกมือเคลื่อนขึ้น ขณะเดียวกันก็ให้นวดเลื่อนลงมาจนถึงก้นกบ ทำเช่นนี้ 10 ครั้ง



#### กิจกรรมเสนอแนะสำหรับการส่งเสริมพัฒนาการเด็ก :

1. สบตาเด็ก เรียกชื่อเด็ก พูดกับเด็ก ในระหว่างการนวด
2. นำกระจกเงามาวางให้เด็กได้เห็นหน้าตัวเองในขณะที่ได้รับการนวด
3. นำของเล่นหลากสีมาให้เด็กหยิบจับ เขย่า และนำของเล่นที่มีลักษณะพื้นผิวแตกต่างกันมาให้เด็กสัมผัส
4. นำของเล่นซ่อนไว้ใต้ผ้า ให้เด็กดึงของเล่นออกมา

### ท่าที่ 9 การบริหารแขน

พลิกตัวเด็กนอนหงาย แล้วใช้มือทั้งสองข้างจับข้อมือเด็ก ยกแขนเด็กขึ้นลง สลับกัน ทำเช่นนี้ 5-10 ครั้ง

### ท่าที่ 10 บริหารขาและเข่า

งอเข่าเด็ก ดันขึ้นและลงเบา ๆ สลับกัน ทำเช่นนี้ 5-10 ครั้ง



ในการนวดให้ทำการนวดทุกวัน วันละ 2 ครั้ง ช่วงเช้าและบ่าย เป็นเวลา 7 สัปดาห์ หากเด็กป่วยเป็นไข้ หรือ เพิ่งฉีดวัคซีน ควรหลีกเลี่ยงการนวดเด็ก

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ระยะที่ 3 ระยะสรุปและอภิปรายผลการใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ

1. ติดตามผลและเก็บรวบรวมข้อมูล ใช้ระยะเวลา 1-2 สัปดาห์ โดยดำเนินการดังนี้
  - 1.1 เข้าสังเกตเด็กทารกในขณะที่ปฏิบัติกิจกรรมการเล่นกับผู้ดูแลเด็ก ว่าพฤติกรรม การมีปฏิสัมพันธ์ของทารกเพิ่มขึ้นหรือไม่
  - 1.2 สอบถามผู้ดูแลเด็กเกี่ยวกับพฤติกรรมของทารกหลังจากการนวด ว่าเด็กมีการเปลี่ยนแปลงด้านใดบ้าง
  - 1.3 แจกแบบสอบถามพื้นฐานอารมณ์ของทารกในสถานสงเคราะห์เด็กให้ผู้ดูแลเด็ก ประเมินพื้นฐานอารมณ์เด็กหลังจากการนวดว่าเด็กมีพื้นฐานอารมณ์การเป็นเด็กเลี้ยงยากน้อยลงหรือไม่
2. วิเคราะห์ข้อมูลและอภิปรายผลเพื่อนำข้อมูลมาปรับปรุงโปรแกรมการนวดทารก ฯ ต่อไป เพื่อให้ได้โปรแกรมการนวดทารก ฯ ที่มีประสิทธิภาพ

### ระยะเวลาในการใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ

โปรแกรมการนวดทารกเพื่อส่งเสริมพัฒนาการและการมีปฏิสัมพันธ์ของทารกในสถานสงเคราะห์เด็ก ได้กำหนดการดำเนินการใช้โปรแกรมการนวดทารก ฯ เป็นช่วงระยะเวลาในช่วงเช้า และ ช่วงบ่าย การดำเนินการนวดควรทำทุกวัน โดยใช้เวลาประมาณวันละ 15-20 นาที และควรเป็นการนวดที่มีระยะเวลาที่ต่อเนื่องกันไม่น้อยกว่า 7 สัปดาห์



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## สื่อประกอบการใช้โปรแกรมการนวดทารก ๗

1. คู่มือการใช้โปรแกรมการนวดทารกเพื่อส่งเสริมพัฒนาการและกระตุ้นปฏิสัมพันธ์ของทารก ในสถานสงเคราะห์เด็ก
2. เอกสารที่ใช้ในการอบรม ได้แก่
  - 2.1 เอกสารเด็กทารก
  - 2.2 เอกสารการปฏิสัมพันธ์
  - 2.3 เอกสารพัฒนาการของทารก
  - 2.4 เอกสารการนวดทารก
3. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมและวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่
  - 3.1 แบบสอบถามพัฒนาการของทารกในสถานสงเคราะห์
  - 3.2 แบบสังเกตการณ์ปฏิสัมพันธ์ของทารกในสถานสงเคราะห์เด็ก
4. สื่อและอุปกรณ์อื่น ๆ ที่ใช้ประกอบการอบรม ได้แก่ ตุ๊กตาพลาสติกที่ใช้สาธิต และทดลองฝึกการนวด เทปเพลงคลาสสิก เบบี้ออยล์



### การประเมินผลโปรแกรมการนวดทารก ๙

การประเมินผลโปรแกรมการนวดทารกเพื่อส่งเสริมพื้นอารมณ์และการมีปฏิสัมพันธ์ของทารก ในสถานสงเคราะห์เด็ก ผู้ใช้โปรแกรมการนวดทารก ๙ สังเกตพฤติกรรมและการแสดงออกด้านการมีปฏิสัมพันธ์ของทารกในขณะปฏิบัติกิจกรรมการเล่นกับผู้ดูแลเด็กและสอบถามผู้ดูแลเด็กเกี่ยวกับพื้นอารมณ์ของทารก รวมถึงทำการถ่ายภาพในขณะดำเนินการนวด



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



## ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

นางสาวศิริภรณ์ ยามดี เกิดเมื่อวันที่ 26 ธันวาคม พ.ศ. 2518 ณ จังหวัดสตูล สำเร็จการศึกษาครุศาสตรบัณฑิต สาขาการศึกษาปฐมวัย คณะครุศาสตร์ สถาบันราชภัฏเชียงใหม่ เมื่อปีการศึกษา 2540 และเข้าศึกษาต่อในหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการศึกษาปฐมวัย ภาควิชาประถมศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เมื่อปีการศึกษา 2541



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย