

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาประสบการณ์ของบิดามารดาในการเลี้ยงดูบุตรแฝดสอง ที่มีอายุแรกเกิด ถึง 3 ปี โดยผู้วิจัยได้ทบทวนวรรณกรรมจากเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

1. เด็กแฝด
2. การเจริญเติบโตและการพัฒนาการของเด็กตั้งแต่แรกเกิดจนถึงวัยเตาะแตะ
3. พัฒนาการของครอบครัวในการเลี้ยงดูบุตรตั้งแต่แรกเกิดจนถึงวัยเตาะแตะ
4. การเลี้ยงดูบุตรในวัยแรกเกิดจนถึงวัยเตาะแตะ

เด็กแฝด

ได้มีการให้ความหมายเกี่ยวกับแฝดตามพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542 มีดังนี้

แฝด คือ เป็นคู่ (ใช้เรียกลูกที่เกิดจากท้องแม่เดียวกัน ในระยะเวลาเดียวกันหรือใกล้เคียงกัน) เช่น มีลูกแฝด โดยอนุโลมเรียกลูกที่เกิดจากท้องแม่คนเดียวกันแม้เกินกว่า 2 คนก็ได้

ฝาแฝด คือ สิ่งที่ออกมาติดกัน ถ้าเป็นคนเมื่อคลอดออกมาจะติดกันหรือไม่ติดกัน ก็เรียกว่า ฝาแฝด

ลูกแฝด คือ ลูกที่เกิดจากท้องแม่คนเดียวกัน ในเวลาเดียวกันหรือใกล้เคียงกัน อาจเป็นแฝด 2 หรือมากกว่านั้นก็ได้

มอร์แกน (Morgan, 2002) ได้ให้ความหมายของแฝด (Twins) คือ ร่างกายสองร่างกายที่คลอดออกมาในเวลาเดียวกันจะติดกันหรือไม่ติดกัน หรืออาจเป็นเพศเดียวกันหรือต่างเพศ หรือมีหน้าตาเหมือนกันหรือไม่เหมือนกันก็ได้

โรเบิร์ต และวิลเลียม (Robert & William, 2002) ได้ให้ความหมายของแฝด (Twins) คือ คนสองคนที่เกิดออกมาจากการคลอดในครั้งเดียวกัน มีได้ทั้งแฝดเหมือน (Identical Twins) หรือแฝดคล้าย (Fraternal Twins)

สำหรับการวิจัยครั้งนี้ใช้คำว่า เด็กแฝด หมายถึง เด็กที่คลอดออกมาจากแม่คนเดียวกัน ในเวลาเดียวกันหรือใกล้เคียงกัน มีจำนวนตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป อาจเป็นเพศเดียวกันหรือต่างเพศ หรือมีหน้าตาเหมือนกันหรือไม่เหมือนกัน หรือออกมาติดกันหรือไม่ติดกันก็ได้

ชนิดของครรภ์แฝด

ประมาณ 2 ใน 3 ของครรภ์แฝดเป็นแฝดชนิดไข่คนละใบ (Dizygotic) และ 1 ใน 3 เป็นแฝดเกิดร่วมไข่ (Monozygotic) ที่มีการแบ่งตัวภายใน 2 สัปดาห์ ส่วนแฝดที่เกิดจากการใช้เทคโนโลยีช่วยการเจริญพันธุ์ (Assisted Reproduction Technologies: ART) ขึ้นกับจำนวนเอ็มบริโอที่ใส่เข้าไปในโพรงมดลูก ส่วนใหญ่จึงเป็นแฝดชนิด Dizygotic และบางครั้ง เอ็มบริโออาจมีการแบ่งตัวต่อ เกิดเป็นแฝดชนิด Monozygotic ในแฝดคู่่นั้นได้ (อุ๋นใจ กอนันตกุล, 2549) ดังนั้นครรภ์แฝดจึงแบ่งออกเป็น 2 ชนิด คือ

1. Dizygotic Twins หรือ Fraternal Twins (แฝดคล้าย)

แฝดชนิดนี้เกิดจากการปฏิสนธิของไข่ 2 ใบ และเชื้ออสุจิ 2 ตัว เป็นแฝดที่มีลักษณะแตกต่างกันทางพันธุกรรม ทั้งด้าน Genotype และ Phenotype เพศของทารกอาจเป็นเพศเดียวกันหรือเพศที่แตกต่างกัน ลักษณะของทารก เชื้อหุ้มรก และถุงน้ำคร่ำ เป็นแบบ 2 อันแยกจากกัน หรือเป็นอันเดียวที่เชื่อมกันได้ เชื้อหุ้มรกและถุงน้ำคร่ำเป็นแบบ Dichorion และ Diamnion อุบัติการณ์ของ Dizygotic Twins ขึ้นกับหลายปัจจัย เช่น เชื้อชาติ อายุของสตรีตั้งครรภ์ จำนวนการตั้งครรภ์ และการใช้เทคโนโลยีช่วยเจริญพันธุ์ เป็นต้น ซึ่งทำให้อุบัติการณ์เพิ่มขึ้น

นอกจากนี้ มอร์แกน (Morgan, 2002) ยังได้กล่าวถึงชนิดของการเกิดแฝดว่า Dizygotic หรือ Fraternal Twin คือ การที่ไข่แต่ละใบที่แยกกันถูกผสมด้วยอสุจินละตัว เกิดเป็นเด็กชายหรือเด็กหญิงที่เป็นเพศเดียวกันหรือต่างเพศกันก็ได้ ส่วน Monozygotic หรือ Identical Twins คือ เด็กแฝดที่เกิดจากไข่เพียง 1 ใบ ถูกผสมด้วยอสุจิเพียง 1 ตัว เมื่อเกิดออกมาเด็กจะมีหน้าตา เพศ ยีนส์ และโครงสร้างของร่างกายที่เหมือนกัน

2. Monozygotic Twins หรือ Identical Twins (แฝดเหมือน)

แฝดเกิดร่วมไข่ เกิดจากความล่าช้าในการขนส่งและการฝังตัวของตัวอ่อน นอกจากนี้อาจเป็นผลจากการใช้ฮอร์โมนกลุ่มโปรเจสโตรเจนหรือยาคุมกำเนิด หรือจากการบาดเจ็บของ Blastocyst ในขณะที่ทำการช่วยเจริญพันธุ์ ในการแบ่งตัวของ Zygote ที่มีการปฏิสนธิแล้วได้สารทางพันธุกรรมไม่เท่ากัน อาจทำให้เกิดความผิดปกติในด้านรูปร่างของทารกได้ ผลของการตั้งครรภ์แฝดขึ้นกับชนิดของ Chorionicity แฝดชนิด Dichorion (DC) ทารกมีผลที่ดีกว่าแฝดชนิด Monochorion (MC) เนื่องจากแฝดชนิด DC มีการเชื่อมกันของรกแต่ระบบหลอดเลือดที่ใช้ร่วมกันพบได้น้อยกว่าชนิด MC ผลของทารกในแฝดชนิด Dichorionic Monozygotic ใกล้เคียงกับแฝดชนิด Dizygotic และดีกว่าแฝดชนิด Monochorionic Monozygotic

3. Siamese Twins หรือ Conjoined Twins (แฝดสยาม)

แฝดชนิดนี้เป็นแฝดที่มีส่วนหนึ่งส่วนใดของร่างกายติดกันตั้งแต่เกิด เนื่องจากไข่ที่ได้รับการปฏิสนธิแล้วเพียงใบเดียวเริ่มเกิดการแบ่งตัวหลังการปฏิสนธิแล้ว 13 วัน เด็กจะติดกันโดยไม่สามารถแบ่งตัวต่อไปเป็นแฝดเหมือนได้อย่างสมบูรณ์ เรียกว่า แฝดสยาม ตัวอย่างเช่น หัวติดกัน หน้าอกติดกัน ก้นติดกัน เป็นต้น โอกาสที่จะเกิดแฝดสยามนั้นมีน้อยมาก คือ ประมาณ 1 ใน 100,000 ราย การผ่าตัดแยกแฝดสยามนั้นลำบากมาก โดยเฉพาะถ้าทารกใช้วัยวะสำคัญร่วมกัน เช่น หัวใจ ตับ เป็นต้น (นพพร ประชากุล และวิฑูร จาระประกร, 2543)

สาเหตุของการตั้งครรภ์แฝด

แฝด (Twins) นั้นยังไม่มีหลักฐานยืนยันที่แน่ชัดถึงสาเหตุการเกิดว่าเป็นเพราะเหตุใดแน่ แต่จากการสำรวจค้นคว้าพบว่า แนวโน้มที่จะทำให้เกิดแฝดนั้น เนื่องมาจากองค์ประกอบต่าง ๆ คือ การล่าช้าในการแบ่งแยกเซลล์ การสืบทอดบางประการทางกรรมพันธุ์ การที่บิดามีอายุสูง และมักจะเกิดกับมารดาในอายุระหว่าง 30 – 38 ปี (สุชา จันทน์เอม, 2541) และจากสาเหตุอื่น ๆ เช่น เชื้อชาติ จำนวนครั้งของการตั้งครรภ์ ภาวะโภชนาการ และการรักษาภาวะมีบุตรยาก ดังนั้นอาจสรุปสาเหตุที่ทำให้เกิดการตั้งครรภ์แฝดได้ดังนี้ (อุ๋นใจ กอนันตกุล, 2549)

1. เชื้อชาติ ประชากรบางเชื้อชาติพบอุบัติการณ์ของครรภ์แฝดได้สูง เช่น ประชากรผิวดำ มีการตั้งครรภ์แฝดประมาณ 1 ใน 80 ของการตั้งครรภ์ทั้งหมด ขณะที่ประชากรผิวขาวพบ 1 ใน 100 ของการตั้งครรภ์ ประชากรในทวีปเอเชียพบอุบัติการณ์ที่ต่ำกว่า กลไกการเกิดเชื่อว่าเกิดจากความแตกต่างของระดับฮอร์โมน Follicle Stimulating (FSH) โดยพบว่ามารดาที่ตั้งครรภ์แฝดมากกว่า 1 ครั้ง มีระดับฮอร์โมนตัวนี้ในระดับสูง

2. ลักษณะทางพันธุกรรม ในกลุ่มประชากรที่มีอุบัติการณ์ครรภ์แฝดสูง มีแนวโน้มของการเกิดการตกไข่หลายครั้ง ทำให้เกิดการตั้งครรภ์แฝด ซึ่งเป็นลักษณะที่มีการถ่ายทอดพันธุกรรมแบบ Autosomal Dominant

3. อายุและจำนวนครั้งของการตั้งครรภ์ มารดาที่อายุมากมีโอกาสเกิดการตั้งครรภ์แฝดเพิ่มขึ้น เนื่องจากระดับฮอร์โมนที่เพิ่มขึ้นตามอายุ โดยพบสูงสุดในมารดาที่อายุ 37 ปี และลดลงหลังจากนั้น การตั้งครรภ์หลายครั้งพบโอกาสเกิดครรภ์แฝดสูงในครรภ์ต่อมาเช่นกัน

4. ภาวะโภชนาการ มารดาที่มีรูปร่างสูงและน้ำหนักมากมีโอกาสเกิดการตั้งครรภ์แฝดมากกว่ามารดาที่มีรูปร่างเตี้ยและผอม ซึ่งแสดงถึงผลของภาวะโภชนาการต่อการตั้งครรภ์แฝด

5. การรักษาภาวะมีบุตรยาก ได้แก่

5.1 การกระตุ้นการตกไข่ โดยใช้ฮอร์โมนโกนาโดโทรปิน (ฮอร์โมน Follicle Stimulating และ Chorionic Gonadotropin) หรือการใช้ยากระตุ้นไข่ Clomiphene Citrate ทำให้เกิดการตกไข่หลายครั้ง การกระตุ้นให้ไข่ตกแบบ Superovulation

5.2 การใช้เทคโนโลยีช่วยการเจริญพันธุ์ (Assisted Reproduction Technologies: ART) การใช้ยากระตุ้นการตกไข่ เทคโนโลยี In Vitro Fertilization (IVF) คือ การปฏิสนธิภายนอกร่างกายด้วยการนำไข่และอสุจิมาผสมให้เกิดการปฏิสนธิกลายเป็นตัวอ่อน (Embryo) ในห้องทดลอง หลังจากนั้นจึงนำตัวอ่อนที่เกิดขึ้นใส่กลับเข้าโพรงมดลูกของฝ่ายหญิงเพื่อให้เกิดการตั้งครรภ์ นิยมใส่ตัวอ่อนหลายตัวเพื่อเพิ่มความสำเร็จของการตั้งครรภ์

จะเห็นได้ว่า เด็กแฝดจะมีความเป็นมาและมีอุบัติการณ์การเกิดแตกต่างไปจากเด็กปกติทั่วไป รวมทั้งโอกาสที่เด็กแฝดจะรอดชีวิตมาเป็นเด็กที่มีสุขภาพแข็งแรงปกติเมื่อเปรียบเทียบกับเด็กที่เกิดจากการตั้งครรภ์เดี่ยวน้อยกว่า การต้องดูแลตนเองและดูแลครรภ์ของหญิงที่ตั้งครรภ์แฝดซึ่งต้องมากกว่าครรภ์เดี่ยวดังที่ได้กล่าวมาแล้วนั้น การคลอดเด็กแฝดจึงถือว่ามีความเสี่ยงสูงและส่งผลกระทบต่อเด็กแฝดในระยะยาวทั้งด้านการเจริญเติบโตและการพัฒนาการที่อาจจะช้ากว่าเด็กที่คลอดเดี่ยว

การเจริญเติบโตและการพัฒนาการของเด็กตั้งแต่แรกเกิดจนถึงวัยเตาะแตะ

ความหมายของการเจริญเติบโต

การเจริญเติบโต หมายถึง การเพิ่มทั้งขนาดและสัดส่วนของร่างกายในด้าน น้ำหนัก ส่วนสูง ขนาดของอวัยวะต่าง ๆ ในร่างกายทั้งภายในและภายนอก สามารถชั่งได้ วัดได้ มีหน่วยเป็นกรัม เป็นเซนติเมตร เป็นต้น (อรพรรณ ลือบุญรัชชัย, 2541)

ยูดี พงษ์สาระนันท์กุล (2551) ได้กล่าวถึงความหมายของการเจริญเติบโตว่า เป็นกระบวนการเปลี่ยนแปลงทางด้านกายภาพตั้งแต่ปฏิสนธิไปสู่ตัวภาวะ ซึ่งเป็นการเปลี่ยนแปลงทางรูปร่าง ขนาด อาจเป็นเฉพาะที่หรือทั้งร่างกาย ที่สามารถวัดหรือชั่งหาค่าได้ เช่น กรัม กิโลกรัม เซนติเมตร นิ้ว เป็นต้น

เมอร์เรย์ และเซนตเนอร์ (Murray & Zentner, 1985) ได้ให้ความหมายของการเจริญเติบโตว่า เป็นการเพิ่มขึ้นของขนาดของร่างกายหรือเป็นการเปลี่ยนแปลงของโครงสร้าง การทำหน้าที่และความซับซ้อนของเซลล์ รวมทั้งกระบวนการทางชีวเคมีและระบบการเผาผลาญ โดยขึ้นอยู่กับความสมบูรณ์ของร่างกาย

ซินแคลร์ (Sinclair, 1985) ได้กล่าวถึงการเจริญเติบโตว่า เป็นการเปลี่ยนแปลงของร่างกายที่อาจเกิดขึ้นทั้งร่างกาย หรือบางอวัยวะ บางระบบของร่างกาย ที่ทำให้เกิดการทำหน้าที่แตกต่างกันออกไป และการเจริญเติบโตอาจหมายถึงการทดแทน เช่น ฟันแท่งอกขึ้นแทนฟันน้ำนม เป็นต้น

จากความหมายที่กล่าวมา จึงสรุปได้ว่า การเจริญเติบโต หมายถึง การเพิ่มขึ้นของขนาดของร่างกายทั้งร่างกาย หรืออาจเกิดเฉพาะบางส่วนหรือบางระบบของร่างกาย ทำให้เกิดการทำหน้าที่แตกต่างกันออกไป

ความหมายของพัฒนาการ

พัฒนาการ หมายถึง การเปลี่ยนแปลงในตัวมนุษย์ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ และสติปัญญา ด้านการทำหน้าที่ และวุฒิภาวะของอวัยวะระบบต่าง ๆ ในด้านโครงสร้างการจัดระเบียบส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย รวมทั้งพฤติกรรมที่แสดงออก มีลักษณะและทิศทางที่แน่นอนสัมพันธ์กับเวลาทำให้สามารถทำหน้าที่ได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีการเพิ่มทักษะใหม่ ๆ เป็นการเปลี่ยนแปลงความสามารถในการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลง ทางสรีรวิทยาด้านปริมาณของระบบอวัยวะต่าง ๆ และเกิดการเปลี่ยนแปลงการพัฒนากายของมนุษย์ทางด้านคุณภาพ เช่น ความสามารถในการฟัง พูด อ่าน เขียน การคิดเลข การแก้ปัญหา เป็นต้น ซึ่งพัฒนาการทุกด้านของมนุษย์ ถ้าได้รับการตอบสนองความต้องการแล้วพัฒนาการจะเป็นไปอย่างสมวัย (สิริมา ภิญโญนันตพงษ์, 2545)

กัลยา นาคเพ็ชร, จุไร อภัยจิรรัตน์ และสมพิศ ไข่มุน (2548) ได้ให้ความหมายของพัฒนาการไว้ว่า เป็นการเปลี่ยนแปลงด้านสมรรถภาพ และคุณภาพในการทำหน้าที่ของร่างกาย ทำให้เกิดทักษะความสามารถใหม่ ๆ เกิดการปรับตัวด้านต่าง ๆ อย่างมีแบบแผนและดำเนินไปอย่างต่อเนื่องเพิ่มขึ้นเป็นขั้น ๆ ได้แก่ ทักษะด้านการใช้กล้ามเนื้อและการเคลื่อนไหว ทักษะด้านภาษา และการสื่อสาร เป็นต้น

เฮิร์ลอค (Hurlock, 1972) ได้กล่าวถึงความหมายของพัฒนาการว่า เป็นกระบวนการของการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ที่มีลำดับขั้นต่อเนื่องกันไปตลอด ทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจผสมผสานกัน กระตุ้นให้บุคคลมีความสามารถที่จะจัดการควบคุมสิ่งแวดล้อมใหม่ ๆ

เฮทริงตันและพาร์ค (Hethrington & Parke, 1993) ได้ให้ความหมายของพัฒนาการไว้ว่า เป็นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมด้านระบบชีววิทยาทางกายภาพ สังคม สติปัญญา และอารมณ์ตามระยะเวลาที่ผ่านไปตลอดช่วงวัย

ดังนั้นโดยสรุป ความหมายของการพัฒนาการ คือ การเปลี่ยนแปลงที่ให้คุณลักษณะใหม่หรือความสามารถใหม่แก่มนุษย์ มีการเปลี่ยนแปลงที่ดำเนินไปตลอดเวลาอย่างมีทิศทาง และมีการ

เปลี่ยนแปลงเป็นผลผลิต โดยคำนึงถึงเวลาความพร้อมและความต่อเนื่องในพฤติกรรมทุกระดับ ซึ่งในการศึกษาครั้งนี้จะกล่าวถึงการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของเด็กวัยแรกเกิดจนถึงวัยเตาะแตะ

วัยทารก

วัยทารก หมายถึง เด็กตั้งแต่แรกเกิดจนถึงอายุ 1 ปี (ลดาวัลย์ ประทีปชัยกุล, 2545; อรพรรณ ลือบุญรัชชัย, 2541) เป็นวัยที่สำคัญในการวางรากฐานพัฒนาการด้านต่าง ๆ เป็นช่วงวัยของมนุษย์ที่มีการเจริญเติบโตและการเรียนรู้ที่รวดเร็วมากที่สุด เมื่อเปรียบเทียบกับวัยอื่น (ศรีเรือน แก้วกังวาล, 2549) ทั้งพัฒนาการทางด้านร่างกาย จิตใจอารมณ์ สังคม และสติปัญญา ในวัยนี้ยังมีความจำเป็นที่จะต้องได้รับการช่วยเหลือพึ่งพาจากผู้อื่นในทุก ๆ ด้าน ตลอดจนต้องได้รับการดูแลเอาใจใส่อย่างอบอุ่นใกล้ชิด เนื่องจากยังไม่สามารถช่วยเหลือตนเอง ไม่สามารถสื่อความรู้สึกและความต้องการของตนเองได้ชัดเจน อีกทั้งความสามารถในการต้านทานต่อเชื้อโรคยังน้อย

การเจริญเติบโตของเด็กวัยทารก

การเจริญเติบโตในวัยทารกจะมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว (ยุวดี พงษ์สาระนั้นทุกุล, 2551) ได้แก่

1. น้ำหนัก ทารกแรกเกิดครบกำหนดจะมีน้ำหนักปกติประมาณ 3,000 – 3,200 กรัม และจะเพิ่มเป็น 2 และ 3 เท่า เมื่ออายุ 4 เดือน และ 1 ปี ตามลำดับ
2. ความยาวหรือส่วนสูง ทารกแรกเกิดจะมีมีความยาวปกติประมาณ 50 เซนติเมตร และจะเพิ่มขึ้น 20% เมื่ออายุได้ 6 เดือนแรก ความยาวเพิ่มขึ้น 50% เมื่ออายุได้ 1 ปี
3. ศีรษะ แรกเกิดทารกจะมีความยาวรอบเส้นศีรษะปกติประมาณ 35 ± 2 เซนติเมตร และจะมีอัตราการเพิ่มเป็น 1.25 และ 0.5 เซนติเมตรต่อเดือน ใน 6 เดือนแรกและหลัง 6 เดือนตามลำดับ ระยะ 6 เดือนแรกกะหม่อมหน้าจะกว้างตามการเจริญเติบโตของสมอง หลังจากนั้นขนาดของกะหม่อมจะค่อยๆ เล็กลง และปิดสนิทเมื่ออายุประมาณหนึ่งปีห้าเดือน ส่วนกะหม่อมหลัง จะปิดเร็วกว่ากะหม่อมหน้าคือ เมื่ออายุประมาณหนึ่งเดือนสิบห้าวัน
4. เส้นรอบอก ในเด็กแรกเกิดเส้นรอบอกจะน้อยกว่าเส้นรอบศีรษะประมาณ 2 เซนติเมตร และจะเท่ากับเส้นรอบศีรษะเมื่ออายุ 6-8 เดือน หลังจากนั้นเส้นรอบอกจะมากกว่าเส้นรอบศีรษะ
5. ฟัน ฟันน้ำนมซี่แรกจะเริ่มโผล่พ้นเหงือกเมื่ออายุประมาณ 6 เดือน หลังจากนั้นฟันจะขึ้นเฉลี่ยเดือนละซี่ โดยฟันหน้าและฟันฉีกจะขึ้นก่อนในขาบปีแรก

พัฒนาการด้านต่าง ๆ ของเด็กวัยทารก

สำหรับพัฒนาการของเด็กวัยทารกจะพบพัฒนาการในด้านต่าง ๆ ที่มีลักษณะสำคัญ ดังนี้ (สุชา จันทน์เฒ, 2541; อรพรรณ ลือบุญรัชชัย, 2541)

1. พัฒนาการทางด้านร่างกาย

ทารกมีความเจริญเติบโตทางด้านโครงสร้างของร่างกาย และการรู้จักใช้วัยต่าง ๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งกล้ามเนื้อและประสาทสัมผัส เป็นไปอย่างรวดเร็ว น้ำหนักตัวเพิ่มขึ้นรวดเร็ว ส่วนสูงเพิ่มขึ้นในอัตราที่ช้ากว่าการเพิ่มของน้ำหนักตัว ในระยะหลังจาก 6 เดือนแรก สัดส่วนของร่างกายมีการเปลี่ยนแปลงอย่างเห็นได้ชัด ศีรษะที่โตจะค่อย ๆ เล็กลง ลำตัวและขายาวใหญ่ขึ้น โครงกระดูกเจริญเติบโตเร็วที่สุด แขนและขาแข็งแรงขึ้น ทำให้พัฒนาการอย่างมากทางการเคลื่อนไหว การใช้กล้ามเนื้อและประสาทสัมผัส ความแข็งแรงของกระดูกเกิดจากนมและสารอาหารที่ได้รับ

2. พัฒนาการทางด้านอารมณ์

วัยทารกมีพัฒนาการด้านอารมณ์เกิดขึ้นมากตามระดับวุฒิภาวะและการเรียนรู้ที่เด็กได้รับ พัฒนาการด้านนี้เป็นรากฐานที่มีความสำคัญต่อการพัฒนาอารมณ์ของเด็กต่อไปเมื่อเติบโตขึ้น ซึ่งการแสดงออกจะแตกต่างกันออกไปในแต่ละบุคคล อารมณ์ที่พัฒนาขึ้นมาในระยะนี้ มีดังนี้

2.1 อารมณ์โกรธ เป็นอารมณ์ที่พบได้บ่อย เพราะเป็นระยะที่เด็กพัฒนาความเป็นตัวของตัวเอง เด็กแสดงอารมณ์โกรธได้หลายวิธี เช่น ร้องไห้ ทบตี ไม่สบาย เด็กวัยนี้กลัวคนแปลกหน้า สิ่งที่มีเสียงดัง สถานที่แปลกใหม่

2.2 อารมณ์กลัว เกิดขึ้นเมื่อมีสิ่งเร้าทำให้ตกใจหรือไม่สบายกายไม่สบายใจเกิดขึ้นอย่างฉับพลัน เมื่อมีน้อง อารมณ์โกรธและกลัวมักรวมเข้าด้วยกันเป็นอารมณ์อิจฉาริษยา

2.3 อารมณ์อิจฉาริษยา หรือเมื่อบิดามารดาแสดงความเอาใจใส่น้องเป็นพิเศษ พฤติกรรมที่แสดงออกได้แก่ ผลักน้อง ดิน้อง แย่งของ หรือเรียกร้องความสนใจ ทารกมักมีความอยากรู้อยากเห็นสิ่งแปลก ๆ ใหม่ ๆ

2.4 อารมณ์รัก ทารกมักแสดงออกโดยการกอดรัด เคঁล้าเคลีย อยากอยู่ใกล้หรือเดินไปใกล้บุคคลที่ตนเองรัก นอนดก จูบ หอมแก้ม เป็นต้น ความรักเป็นอารมณ์ที่เรียนรู้สำหรับทารกที่ได้รับการเอาใจใส่เป็นอย่างดีจากบิดามารดา

3. พัฒนาการทางด้านสังคมและบุคลิกภาพ

เป็นพฤติกรรมที่เด็กสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น ซึ่งแสดงถึงการเรียนรู้และการปรับตัวเข้าสังคม ทารกเกิดความสนใจที่จะมีความสัมพันธ์กับผู้อื่น โดยเริ่มมีปฏิริยาตอบสนองต่อเสียง โดยเฉพาะเสียงที่คุ้นหู มีการจ้องดูหน้าพ่อแม่หรือผู้เลี้ยงดู ตั้งแต่ปลายเดือนแรก เมื่ออายุ 2 เดือน

ทารกเริ่มยิ้ม เมื่อมองเห็นหน้าผู้เลี้ยงดู หรือคนอื่น ๆ เมื่ออายุ 6 เดือนเด็กจะเริ่มจำหน้าผู้เลี้ยงดูได้ ทารกจะมีปฏิกิริยากลัวคนแปลกหน้าและอาจร้องไห้เมื่อพบคนที่ไม่คุ้นเคย เมื่ออายุ 8 เดือน ทารกเริ่มมีความกังวลเมื่อถูกแยกจากมารดาและอยู่กับคนแปลกหน้า ทารกมีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับมารดาโดยการแสดงการติดมารดา และสร้างความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิดแนบแน่น เป็นสิ่งที่ติดตัวมาแต่กำเนิดและจะถูกเสริมโดยวิธีการเลี้ยงดูและสภาพแวดล้อม

4. พัฒนาการทางภาษาและสติปัญญา

พัฒนาการด้านนี้ขึ้นอยู่กับพื้นฐานทางสติปัญญาที่ได้รับถ่ายทอดทางพันธุกรรม ตลอดจนความพร้อมและวุฒิภาวะของกลไกที่ใช้ในการพูด เช่น หู ฟัน ลิ้น เป็นต้น รวมทั้งโอกาสที่เด็กจะได้เรียนรู้และจากสิ่งแวดล้อม การฝึกหัดให้เด็กรับรู้ทางประสาทสัมผัสและใช้กล้ามเนื้อบอ่ย ๆ ทำให้เกิดพื้นฐานทางสติปัญญาของพัฒนาการทางสติปัญญาในวัยต่อไปได้ ของเล่นมีส่วนช่วยเสริมพัฒนาการของเด็กเกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมและการเล่นของเด็กก็คือ การเรียนรู้ตนเอง เด็กวัยทารกนี้จะพัฒนาการทางสติปัญญาที่รวดเร็วมาก เนื่องจากเซลล์ของระบบประสาทมีการเจริญเติบโต ขยายตัวเชื่อมต่อเพิ่มขึ้น ทำให้น้ำหนักสมองเพิ่มมากขึ้นมากกว่าร้อยละ 50 ของน้ำหนักสมองผู้ใหญ่ จึงถือว่าเป็นวัยที่สมองเจริญเติบโตเร็วมาก

จะเห็นได้ว่า วัยทารกเป็นวัยที่สำคัญในการวางรากฐานต่าง ๆ ของชีวิตในทุก ๆ ด้าน เป็นระยะที่มีการเปลี่ยนแปลงมากที่สุด บิดามารดาหรือผู้เลี้ยงดูจึงควรใช้ระยะเวลานี้เพื่อส่งเสริมให้มีคุณภาพยิ่งขึ้น โดยการตอบสนองความต้องการจำเป็นต่าง ๆ เพื่อให้ทารกมีพัฒนาการที่ดีทั้งทางกาย อารมณ์สังคม และสติปัญญา ซึ่งเป็นการสร้างสุขภาพทางกายและทางใจให้สมบูรณ์ ช่วยให้การเลี้ยงดูในวัยต่อมาง่ายขึ้น และทำให้ได้รากฐานชีวิตที่มีคุณภาพ

วัยเตาะแตะ

วัยเตาะแตะ หมายถึง เด็กที่มีอายุตั้งแต่ 1-3 ปี เรียกว่า วัยหรือวัยหัดเดินหรือวัยเตาะแตะ (คุชฌี ไตรยวงศ์, 2549; ศรีพรรณ กันธวัง, 2540) เป็นวัยที่มีลักษณะเฉพาะเนื่องจากไม่ใช่เด็กทารกหรือเด็กอนุบาลเป็นวัยที่มีพัฒนาการและการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็วไม่หยุดยั้ง พร้อมทั้งจะทดสอบและรับรู้ทุกสิ่งทุกอย่างของโลกใบนี้ (Schrank, 1984)

การเจริญเติบโตของเด็กวัยเตาะแตะ

เด็กวัยนี้มีอัตราการเจริญเติบโตช้ากว่าวัยทารก เมื่ออายุ 1 ปี จะมีน้ำหนักเป็น 3 เท่าของน้ำหนักแรกเกิด อายุ 2 ปี น้ำหนักจะเป็น 4 เท่าของเด็กแรกเกิด สำหรับความสูงจะเพิ่มเป็น 1.75 เท่าของแรกเกิด โครงกระดูกจะมีมากขึ้นและเติบโตแทนที่กระดูกอ่อนสมองมีการเจริญเติบโตร้อยละ 75 ของการเจริญเติบโตของสมองตลอดชีวิต แต่จะมีการเพิ่มเฉพาะขนาดของเซลล์สมองเท่านั้น

เส้นประสาทถูกสร้างขึ้นเกือบสมบูรณ์ ทำให้การขับถ่ายอุจจาระและปัสสาวะสามารถควบคุมได้มากขึ้น ระบบการย่อยอาหารเจริญได้ดีขึ้น (ยูดี พงษ์สารนันท์กุล, 2551)

พัฒนาการของเด็กวัยเตาะแตะ

เด็กวัยเตาะแตะจะมีพัฒนาการในด้านต่าง ๆ ที่เพิ่มมากขึ้นและเห็นได้เด่นชัด อุดมลักษณ์ กุลพิจิตร (2540) กล่าวว่า เด็กที่อยู่ในช่วงวัยต่ำกว่า 3 ปีนั้นมีการเปลี่ยนแปลงที่เป็นไปอย่างรวดเร็วมาก จนเห็นได้ชัดถึงพัฒนาการและความสามารถที่เด็กแสดงออก บิดามารดาหรือผู้ให้การเลี้ยงดูควรให้ความสำคัญ และมีความเข้าใจอย่างถูกต้อง เพื่อพัฒนาเด็กให้ตอบสนองต่อศักยภาพในการเรียนรู้ได้อย่างเหมาะสมเต็มที่ พัฒนาการที่สำคัญ ๆ ของเด็กวัยเตาะแตะมีดังนี้ (จันทิกา จันทรเปี้ย, 2551)

1. พัฒนาการทางด้านร่างกาย

เด็กจะมีกิจกรรมการเคลื่อนไหวมากขึ้น จากการที่มีการเจริญเติบโตของร่างกายมีความแข็งแรงขึ้น ทำให้เด็กวัยนี้มีความสามารถด้านต่าง ๆ เช่น เมื่ออายุ 13-15 เดือน สามารถเดินได้เอง ขึ้นบันไดได้โดยเริ่มจากวิธีการคลาน ขอบโยนหรือขว้างปาสิ่งของ จัดเขียนเส้นบนกระดาษได้ ใส่วัตถุเล็ก ๆ เช่น ลูกบอลลงในขวดปากแคบได้ พลิกหน้าหนังสือได้ เมื่ออายุ 16-18 เดือน สามารถเดินได้คล่อง วิ่งได้ไม่หกล้ม ขอบปีนป่ายตามเฟอร์นิเจอร์ ต่อบล็อกไม้ได้ 3 ชั้น จัดเส้นตรงตามแนวตั้งตามแบบได้ คว่ำเทลูกบอลได้เอง เมื่ออายุ 19-24 เดือน สามารถเดินลงบันไดแบบไม่สลับขา เดินถอยหลังได้ กระโดดสองขาโดยช่วยพยุง เริ่มเตะฟุตบอลได้ ต่อบล็อกไม้ได้ 6-8 ก้อน หยิบเชือกด้วยวิธีจับนิ้วได้ เมื่ออายุ 2-3 ปี สามารถกระโดดจากที่สูงได้ เตะหรือโยนฟุตบอลเหนือศีรษะได้ ยืนขาเดียวได้ชั่วคราว จับดินสอด้วยนิ้วแทนการกำ วาดรูปวงกลมตามแบบได้ ร้อยลูกปัดขนาดใหญ่ได้

2. พัฒนาการทางด้านอารมณ์

เมื่อเด็กอายุ 13-15 เดือน สามารถอยู่ตามลำพังได้บ้าง กลัวคนแปลกหน้าน้อยลง ยึดตัวเองเป็นศูนย์กลาง เมื่ออายุ 16-18 เดือน แสดงความเป็นตัวของตัวเองมากขึ้น ชอบปฏิเสธ แสดงอารมณ์รุนแรงเมื่อถูกขัดใจ เมื่ออายุ 19-24 เดือน ยึดตัวเองเป็นศูนย์กลางมาก คิดว่าทุกสิ่งเป็นของตน ไม่ยอมแบ่งปัน ยังมีอารมณ์รุนแรงและชอบปฏิเสธเมื่ออายุ 2-3 ปี อารมณ์รุนแรงน้อยลง ควบคุมตนเองได้บ้าง สาเหตุของการเกิดอารมณ์วัยนี้พบได้บ่อย ได้แก่

2.1 อารมณ์โกรธ เมื่อไม่ทำตามที่ต้องการหรือตนเองไม่สามารถจะทำในสิ่งที่ตนตั้งใจ

2.2 อารมณ์กลัว จากสาเหตุต่าง ๆ เช่น กลัวคนแปลกหน้าสถานที่ใหม่ไม่คุ้นเคย เสียงดัง ความสูง ความเจ็บปวด ความมืด เป็นต้น

2.3 อารมณ์อิจฉาริษยา ซึ่งเกิดจากความกลัวและความโกรธเมื่อเห็นบิดามารดาเอาใจใส่คนอื่นมากกว่าตนเอง ทำให้รู้สึกว่าคุณไม่เป็นที่รักของบิดามารดา

2.4 อารมณ์อยากรู้ อยากเห็น เด็กวัยนี้มีความอยากรู้อยากเห็นในสิ่งที่พบ เช่น มองตามช่อง ดึงของเล่นเพื่อสำรวจดูภายในว่ามีอะไร เป็นต้น บิดาจะต้องส่งเสริมให้ถูกต้อง คอยดูแลอย่างใกล้ชิด เพราะอาจจะทำให้เกิดอุบัติเหตุได้ง่าย

3. พัฒนาการทางภาษา

พัฒนาการทางภาษาของเด็กเกิดขึ้นได้จากการที่มีสิ่งมากระตุ้น ทำให้เด็กเกิดการได้เห็น ได้ฟังเลียนแบบตามสิ่งที่มีมากระตุ้น และความสามารถในการทำงานของเซลล์สมอง จึงเกิดการเรียนรู้ทางภาษา การพัฒนาทางภาษาของเด็กเมื่ออายุ 13-15 เดือน เริ่มเรียนรู้ชื่ออวัยวะ พูดยคำที่มีความหมายได้ 2 คำขึ้นไป ส่งเสียงหรือแสดงท่าทางขึ้นบอกความต้องการได้ ส่งวัตถุให้ตามคำบอก เข้าใจคำสั่งง่าย ๆ จับคู่ของ วัตถุ สัตว์ได้ เมื่ออายุ 16-18 เดือน จับภาพตามคำบอกได้ จับบอกตำแหน่งของร่างกายได้อย่างน้อย 1 ส่วน ทำตามคำสั่งง่าย ๆ ได้ เลียนคำพูดสุดท้าย เมื่ออายุ 19-24 เดือน เข้าใจประโยคที่ซับซ้อนขึ้น ชอบฟังการเล่านิทาน ชื่ออวัยวะได้ 7 ส่วน พูดยชื่อของหรือบอกความต้องการเป็นคำพูดง่าย ๆ ได้ ช่างพูด เชื่อมสองคำได้ เช่น กินข้าว อาบน้ำ เมื่ออายุ 2-3 ปี ช่างพูด ช่างซักถามโดยไม่สนใจว่าจะมีใครฟังหรือไม่ บอกชื่อและนามสกุลได้ ใช้ประโยคที่มี 3-4 คำ เลือกรูปภาพตามที่บอกชื่อ บอกความต้องการด้วยคำพูดหรือปฏิเสธได้

4. พัฒนาการทางสังคมและบุคลิกภาพ

บิดามารดาเป็นแรงเสริมที่สำคัญซึ่งทำให้บุตรได้เรียนรู้สิ่งต่าง ๆ เพื่อปรับปรุงพฤติกรรมให้เป็นไปตามที่สังคมต้องการ และช่วยสร้างบุคลิกภาพของบุตรด้วย เด็กวัยนี้ยึดถือตัวเองเป็นศูนย์กลาง ตัวเด็กได้รับการกระตุ้นที่ถูกต้อง เด็กจะรู้จักปรับตัวให้เข้ากับสังคมภายนอกได้ง่าย เมื่ออายุ 13-15 เดือน ยังกลัวคนแปลกหน้า เริ่มปฏิเสธหรือต่อต้านความต้องการของผู้ใหญ่ เมื่ออายุ 15-18 เดือน แสดงความเป็นตัวของตัวเองมากขึ้น เริ่มช่วยเหลือตัวเองในการแต่งตัวง่าย ๆ ขึ้นบอกความต้องการเมื่อจะจับถ่าย เมื่ออายุ 19-24 เดือน เล่นกับเด็กคนอื่นได้บ้าง แต่ยังมีการทะเลาะ เนื่องจากระยะนี้ยึดตัวเองเป็นศูนย์กลางมาก เมื่ออายุ 2-3 ปี เล่นรวมกลุ่มกับเพื่อนวัยเดียวกัน แต่ยังรักษากฎเกณฑ์ไม่ได้ ชอบเล่นสมมุติ ช่วยงานบ้านเล็ก ๆ น้อย ๆ ได้ แยกจากมารดาหรือคนเลี้ยงโดยไม่ร้องไห้ แต่ยังต้องการความรู้สึกมั่นคงและการช่วยเหลือ ดังนั้นบิดามารดาจะต้องฝึกบุตรให้เรียนรู้เกี่ยวกับการอยู่ร่วมกับผู้อื่น ให้ได้รู้จักการให้ การรับ และการแบ่งปัน ตลอดจนการให้ความร่วมมือในกิจกรรมกลุ่มต่าง ๆ การพัฒนาทางสังคมระยะนี้จะเป็นพื้นฐานของการพัฒนาการทางบุคลิกภาพ

5. พัฒนาการทางด้านสติปัญญา

เด็กเริ่มมีพัฒนาการแก้ปัญหาแบบลองผิดลองถูก อยากรู้ อยากลอง ชอบสำรวจหรือคัน
 ลึงของ และต่อมาเมื่ออายุ 19-24 เดือน สามารถวางแผนการกระทำได้ล่วงหน้า โดยนำประสบการณ์
 เดิมที่ได้รับ หรือใช้วิธีการที่ผู้อื่นทำมาลองทำบ้าง เมื่ออายุ 2 - 3 ปี เด็กอยู่ในระยะก่อนมีความคิด
 รวบรวม ซึ่งจะคิดถึงแต่ตนเองเป็นจุดศูนย์กลางยังไม่สามารถเข้าใจความคิดของผู้อื่นได้ และยังมี
 ประสบการณ์น้อยจึงยังไม่เข้าใจความหมายความคิดรวบยอดได้ จึงต้องสร้างเสริมสติปัญญาและ
 ความคิดของเด็กโดยจัดประสบการณ์ให้เด็กได้ยืน เห็น ฟัง และสัมผัสโดยตรงด้วยการเล่น ซึ่งเป็น
 สิ่งที่ดีและง่ายที่สุดสำหรับเด็กวัยนี้

จากที่กล่าวมาข้างต้นเป็นการเจริญเติบโตและพัฒนาการตามวัยต่าง ๆ ของเด็กปกติ ซึ่งจะ
 เห็นได้ว่า การเจริญเติบโตและพัฒนาการของเด็กตั้งแต่แรกเกิดจนถึงวัยเตาะแตะนั้นเป็นไปอย่าง
 รวดเร็ว และถือว่าวัยนี้เป็นวัยแห่งการวางรากฐานการเจริญเติบโตและพัฒนาการทั้งทางด้านร่างกาย
 จิตใจ สติปัญญา สังคม และอารมณ์ การได้รับการเลี้ยงดูอย่างใกล้ชิดจากบิดามารดา การได้รับการ
 ส่งเสริมการเจริญเติบโตและพัฒนาการอย่างมีประสิทธิภาพ จึงจำเป็นสำหรับเด็กเป็นอย่างมากใน
 การที่จะเจริญเติบโตไปเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพ ดังนั้นผู้เป็นบิดามารดาซึ่งถือเป็นบุคคลที่อยู่ใกล้ชิด
 มากที่สุดและใช้เวลาส่วนใหญ่อยู่กับเด็ก ต้องร่วมมือกันรับผิดชอบร่วมกันในการอบรมเลี้ยงดูบุตร

สำหรับการเจริญเติบโตและพัฒนาการในเด็กแฝดนั้น โดยทั่วไปจะเหมือนเด็กปกติ แต่
 อาจพบความแตกต่างระหว่างการเจริญเติบโตทางด้านร่างกายและพัฒนาการทางสติปัญญาของเด็ก
 แฝดในระยะยาวได้ ดังการศึกษาของ เอเคอร์แมน และฟิชเบิน (Akerman & Fischbein, 1991) ที่
 ศึกษาในเด็กแฝด 145 คู่ เปรียบเทียบกับเด็กปกติ โดยติดตามเด็กจนอายุ 18 ปี พบว่า เด็กแฝดเป็น
 รongในด้านการเจริญเติบโตทั้งทางด้านร่างกายและสติปัญญา โดยเฉพาะในแฝดเพศหญิง สอดคล้อง
 กับการศึกษาในต่างประเทศที่ศึกษาถึงการเจริญเติบโตและพัฒนาการของเด็กแฝด โดยติดตามเด็ก
 จนถึงอายุ 11 ปี เปรียบเทียบกับเด็กปกติ พบว่า พัฒนาการทางด้านสติปัญญาเป็นรองกว่าเด็กปกติ
 และที่มีอายุเท่ากัน โดยจะมีส่วนสูงต่ำกว่าประมาณ 3 เดือน และน้ำหนักตัวต่ำกว่าประมาณ 6 เดือน
 (Silva & Crosado, 1985) นอกจากนี้ยังมีผู้ศึกษาปัญหาด้านพฤติกรรมและอารมณ์ของบุตรแฝด
 จำนวน 122 คู่ และเด็กปกติ จำนวน 5,455 ราย พบว่า เด็กแฝดชายมีคะแนนพฤติกรรมรบกวน
 มากกว่าเด็กปกติชาย แต่ในเด็กแฝดหญิงพบว่า มีอาการทางจิตเวชน้อยกว่าเด็กปกติหญิง และ
 ยังพบอีกว่า เด็กแฝดมีโอกาสเกิดอาการของโรคสมาธิสั้นมากกว่าพี่น้องของตนที่เป็นเด็กปกติ และ
 เด็กแฝดมีการรับรู้ภาษาและการพูดช้ากว่าเด็กปกติ (Moilanen, Linna, Ebeling, Kumpulainen,
 Tamminen, Piha, & Almqvist, 1999) ดังนั้นบิดามารดาจึงต้องใช้ศักยภาพอย่างมากในการเลี้ยงดู
 บุตรแฝดเพื่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการที่เหมาะสมกับวัยของบุตร

พัฒนาการของครอบครัวในการเลี้ยงดูบุตรตั้งแต่แรกเกิดจนถึงวัยเตาะแตะ

พัฒนาการ (Development Task) หมายถึง หน้าที่อันพึงกระทำของบุคคลเพื่อตอบสนองความต้องการตามพัฒนาการ หากประสบความสำเร็จและเกิดความพึงพอใจตามพัฒนาการนั้น ๆ ก็จะมีผลให้สามารถประสบความสำเร็จระยะต่อไป (Friedman, Bowden, & Jones, 2003)

พัฒนาการเป็นภารกิจที่ถูกคาดหวังจากสังคมเมื่อบทบาทมีการเปลี่ยนแปลง เนื่องจากมีการเพิ่มและจากไปของสมาชิก (Rowe, 1981)

อาจกล่าวโดยสรุปได้ว่า พัฒนาการ (Development Task) หมายถึง ภารกิจที่บุคคลต้องรับผิดชอบกระทำตามขั้นพัฒนาการของตนเอง ถ้ากระทำสำเร็จก็จะส่งผลให้เกิดความสุข สังคมยอมรับ ตลอดจนสามารถประสบความสำเร็จในระยะต่อมาได้ แต่ถ้าทำไม่ได้หรือทำไม่สำเร็จก็จะไม่มีความสุข ขาดการยอมรับจากสังคม ส่งผลให้ไม่ประสบความสำเร็จในพัฒนาการระยะต่อไป

พัฒนาการของครอบครัว (Family Development Task) เป็นความรับผิดชอบในการปฏิบัติภารกิจตามระยะพัฒนาการต่าง ๆ ของครอบครัว ถ้าสามารถทำภารกิจเหล่านั้นสำเร็จไปได้ด้วยดีในแต่ละระยะจะทำให้ชีวิตครอบครัวมีความสุข แต่ถ้าทำไม่ได้หรือทำได้แต่ไม่สำเร็จครอบครัวจะไม่มีความสุข สังคมจะไม่ยอมรับและจะมีผลต่อพัฒนาการของครอบครัวระยะต่อไป กล่าวคือ จะทำให้ครอบครัวไม่ประสบผลสำเร็จในการทำพัฒนาการในระยะต่อไปด้วย (Duvall, 1977) พัฒนาการของครอบครัวเป็นสิ่งที่กำหนดการเปลี่ยนแปลงบทบาทสมาชิกในครอบครัว ซึ่งจะมี ความแตกต่างกันไปตามประสบการณ์ของบุคคลในครอบครัวนั้น โดยจะดำเนินไปตามขั้นตอน มีการข้ามขั้นตอนได้ แต่ไม่อาจย้อนถอยหลังได้ เช่น คู่สมรสที่ไม่มีบุตรจะผ่านจากระยะพัฒนาการของครอบครัวในระยะที่ 1 ไปสู่ระยะที่ 7 และ 8 ได้โดยไม่ต้องดำเนินตามขั้นตอนของแต่ละระยะพัฒนาการ และในขณะเดียวกันเมื่อครอบครัวเข้าสู่ระยะที่ 8 แล้วก็ไม่อาจย้อนกลับมาสู่ระยะที่ 1 ได้ (Duvall, 1977)

ไฟรด์แมน และคณะ (Friedman et al., 2003) ได้ให้ความหมายของพัฒนาการของครอบครัวว่า คือ งานหรือภารกิจที่ครอบครัวต้องกระทำ พัฒนาการของครอบครัวจะครอบคลุมมากกว่าพัฒนาการของบุคคล เนื่องจากต้องมีการจัดการเพื่อตอบสนองความต้องการของทั้งครอบครัวโดยรวม และยังคงตอบสนองความต้องการตามพัฒนาการของสมาชิกแต่ละคนในครอบครัวด้วย การปฏิบัติพัฒนาการของครอบครัวมีจุดมุ่งหมายหลัก 3 ประการ คือ

1. เพื่อตอบสนองความต้องการพื้นฐานทางกายภาพอย่างเพียงพอ เช่น การตอบสนองความต้องการด้านอาหาร เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย และยารักษาโรค เป็นต้น
2. เพื่อให้สอดคล้องกับความคาดหวังของสังคม
3. เพื่อตอบสนองทางอารมณ์ทำให้เกิดความพึงพอใจ

ดังนั้นอาจสรุปได้ว่า พัฒนกิจของครอบครัว หมายถึง ภารกิจที่เป็นความรับผิดชอบของครอบครัวในการปฏิบัติตามระยะพัฒนาการต่าง ๆ ของครอบครัว เนื่องจากเป็นสิ่งที่กำหนดการเปลี่ยนแปลงบทบาทของสมาชิกในครอบครัว โดยจะดำเนินไปตามขั้นตอน ถ้าครอบครัวใดสามารถปฏิบัติจนสำเร็จก็จะส่งเสริมให้ครอบครัวมีความสุข สังคมยอมรับและสามารถปฏิบัติภารกิจระยะต่อไปได้สำเร็จ แต่ถ้าทำไม่ได้หรือทำได้แต่ไม่สำเร็จครอบครัวก็จะไม่มีความสุขขาดการเชื่อถือจากสังคม และมีผลต่อการปฏิบัติพัฒนาการในระยะต่อไป

พัฒนกิจของครอบครัวในระยะเริ่มเลี้ยงดูบุตร

จากการศึกษาของคูวอลล์ (Duvall, 1977) ระยะเริ่มเลี้ยงดูบุตรเป็นระยะที่ 2 ของระยะพัฒนาการของครอบครัว เป็นระยะที่ครอบครัวเริ่มมีบุตรคนแรกนับแต่แรกเกิดจนถึงอายุ 2 ปีครึ่ง ระยะนี้ถือเป็นระยะวิกฤติของครอบครัว บิดามารดาส่วนใหญ่จะประสบปัญหา ปัญหาที่พบบ่อยได้แก่ สมาชิกรู้สึกถูกทอดทิ้งไม่ได้รับการเอาใจใส่จากภรรยา มีการขัดแย้ง ทะเลาะกันระหว่างสามี ภรรยาบ่อยขึ้น จากการที่ภรรยาต้องเลี้ยงดูบุตรตลอดเวลา ทำให้รู้สึกอ่อนเพลีย ความพึงพอใจด้านเพศสัมพันธ์ลดลง การมีกิจกรรมร่วมกับสังคมลดลง (รุจา ภูไพบูลย์, 2541) ได้มีผู้กล่าวถึงพัฒนกิจของครอบครัวระยะเริ่มเลี้ยงดูบุตรไว้ ดังนี้

คูวอลล์ (Duvall, 1977) กล่าวถึงพัฒนกิจของครอบครัวระยะเริ่มเลี้ยงดูบุตรไว้ ดังนี้

1. จัดเตรียมที่อยู่อาศัยที่ปลอดภัย บ้านเป็นสถานที่สำหรับการเริ่มต้นการเจริญเติบโตของบุตร ควรมีการปรับปรุงสิ่งแวดล้อมในบ้านให้เหมาะสมกับบุตร ไม่ให้บุตรอยู่ในพื้นที่ที่จำกัดเกินไป หรือกักบริเวณบุตร ควรดูแลสถานที่ให้สะอาด เก็บของใช้ให้เป็นระเบียบ หมั่นตรวจสอบอันตรายภายในบ้านที่จะเกิดขึ้นกับบุตร เช่น ของมีคม ปลั๊กไฟ เป็นต้น
2. การสร้างฐานะทางเศรษฐกิจ ค่าใช้จ่ายในครอบครัวระยะเริ่มเลี้ยงดูบุตร จะมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ ครอบครัวที่ไม่ได้เตรียมพร้อมในเรื่องค่าใช้จ่ายตั้งแต่ตั้งครรภ์ เมื่อมีบุตรค่าใช้จ่ายจะเพิ่มมากขึ้น โดยเฉพาะผู้ที่ไม่ได้เลี้ยงด้วยนมมารดา ค่าเสื้อผ้าเครื่องนุ่งห่ม ค่ารักษายามเจ็บไข้ได้ป่วย จึงต้องจัดสรรเงินในการใช้จ่ายให้เพียงพอ ในระยะนี้บิดาอาจต้องรับภาระเพิ่มในการหารายได้จนเจ้าครอบครัว มารดาอาจต้องกลับเข้าทำงานเพื่อช่วยหารายได้ จึงต้องมีค่าใช้จ่ายเพิ่มขึ้นในการจ้างคนดูแลบุตร หากมีย่า ยาย ช่วยดูแลบุตรให้ระหว่างที่มารดาไปทำงานเพื่อเพิ่มรายได้ครอบครัวจะช่วยแก้ปัญหาได้ดียิ่ง

3. การยอมรับบทบาทและรับผิดชอบร่วมกัน การมีบุตรทำให้บิดามารดาต้องปรับตัวเข้าสู่บทบาทใหม่ อาจต้องเรียนรู้งานที่เพิ่มขึ้นภาระงานที่เพิ่มขึ้นในเรื่องการดูแลบุตร รวมถึงการดูแลเรื่องอาหาร การอาบน้ำ การสังเกตอาการผิดปกติของบุตร การส่งเสริมพัฒนาการ เป็นสิ่งที่ทั้ง

บิดามารดาต้องร่วมกันทำ บิดาอาจช่วยเรื่องบทบาทการหาเลี้ยงครอบครัว และมารดาช่วยในเรื่องบทบาทการดูแลบุตร

4. การจัดแบ่งหน้าที่ความรับผิดชอบในการเป็นบิดามารดาเมื่อมีบุตรหน้าที่ความรับผิดชอบในครอบครัวเพิ่มขึ้น เพื่อความผาสุกในครอบครัวจึงควรมีการแบ่งหน้าที่และมีการช่วยเหลือซึ่งกันและกันในการทำหน้าที่ เช่น สามีรับบทบาทในการทำความสะอาด มีส่วนร่วมในการดูแลบุตรเมื่ออยู่บ้าน ไม่ปล่อยให้เป็นที่ของมารดาเพียงคนเดียว ตระหนักว่าบุตรเป็นของบิดามารดาาร่วมกัน เป็นต้น

5. การสร้างสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกในครอบครัว ทารกสามารถบอกได้ถึงสัญญาณและความผิดปกติให้บิดามารดาได้รับรู้ บิดามารดาจะต้องเรียนรู้พฤติกรรมการแสดงออกของบุตร เพื่อให้เกิดความพึงพอใจในสัมพันธภาพ หากพัฒนาการนี้ไม่ประสบผลสำเร็จ ทั้งบุตรและบิดามารดาจะไม่พบความพึงพอใจ นำไปสู่จุดที่คับข้องใจซึ่งกันและกันที่สุดในที่สุด สำหรับคู่สามีภรรยาเอง ต้องมีการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพกันมากขึ้น เมื่อต้องมีสถานะเป็นบิดามารดา จะต้องแบ่งปันความรู้สึ ความภาคภูมิใจ ความสนุกสนาน ความเครียด สิ่งที่อยู่สักราคาญใจและสิ่งที่อยู่สักราคาญใจไม่มั่นใจในช่วงเริ่มต้นของการเป็นบิดามารดา

6. การวางแผนครอบครัว ครอบครัวควรมีการวางแผนครอบครัวไว้อย่างเหมาะสม มารดาบางคนเชื่อว่าการให้นมบุตรป้องกันการตั้งครรภ์ จึงพยายามที่จะเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาเท่าที่จะทำได้ มารดาบางคนมีเพศสัมพันธ์ บางคนรับบริการที่คลินิกวางแผนครอบครัว เป็นต้น

7. มีความสัมพันธ์ที่ดีกับเครือญาติ มีการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับเครือญาติทั้งครอบครัวตนเองและสามี เนื่องจากครอบครัวที่มีปู่ย่าตายายมักมีความศรัทธาและความเชื่อถือแต่เดิม ทำให้เกิดความคิดเห็นที่ขัดแย้งกัน แต่เครือญาติจะช่วยครอบครัวได้เป็นอย่างดีในด้านการวางแผนด้านการเงิน การดูแลบ้านประจำวัน การออกสังคม จนกว่าครอบครัวใหม่จะมีความเป็นตัวของตัวเองได้ นอกจากนี้ควรมีการสร้างสัมพันธ์กับครอบครัวอื่น มีการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม

8. สร้างความพึงพอใจในการดำเนินชีวิต การที่ครอบครัวต้องเผชิญกับภาระหน้าที่ต่าง ๆ ในการดูแลบุตร หากครอบครัวรู้สึกว่ามีภาระหนัก ทุกข์ใจกับความรับผิดชอบใหม่ที่มี อาจรู้สึกเหนื่อย และอาจเกิดความเครียดเรื้อรังขึ้นได้ แต่ถ้าครอบครัวรู้สึกว่ามีหน้าที่แต่ละวันแม้จะเหนื่อยแต่ก็มีความสุข รู้สึกพึงพอใจก็จะพบความสุขเล็ก ๆ น้อย ๆ ที่เกิดขึ้นได้ และควรคงไว้ซึ่งความเป็นตัวของตัวเอง แม้จะมีสถานการณ์เกิดขึ้นมากมาย รู้จักนำสถานการณ์ที่มีประโยชน์จากการเป็นบิดามารดาไปใช้กับเหตุการณ์อื่น

9. การจัดทำกิจวัตรประจำวันของครอบครัว การที่ครอบครัวระยะเริ่มเลี้ยงดูบุตรเริ่มต้นในแต่ละวัน โดยปราศจากพื้นฐานที่ว่าสิ่งใดสำคัญกว่าหรือสิ่งใดต้องมาก่อนอาจทำให้ต้องสับสน เพราะแต่ละบุคคลย่อมต้องเผชิญกับสิ่งต่างๆ ในแต่ละวันมากมาย พัฒนากิจใหม่ของบุคคลและครอบครัวอาจทำให้เกิดความกังวล

ไฮโมวิช และแชมเบอร์ลิน (Hymovich & Chamberlin, 1980) ได้กล่าวถึงพัฒนาการของครอบครัวระยะเริ่มเลี้ยงดูบุตร ประกอบด้วย 5 ด้าน ดังนี้

1. ตอบสนองความต้องการทางกายภาพอย่างเพียงพอ มีการจัดเตรียมบ้านให้เหมาะสม เพราะเมื่อบุตรเริ่มคลาน เริ่มเดิน ควรป้องกันบุตรจากอันตราย มีการจัดการด้านเศรษฐกิจในครอบครัว จากการที่ครอบครัวต้องพบกับค่าใช้จ่ายที่เพิ่มขึ้น

2. พัฒนาศักยภาพในการปฏิบัติพัฒนาการของบิดามารดา ช่วงบุตรวัยขวบปีแรกทั้งบิดามารดาต้องรับมือกับบทบาทใหม่ของตนเอง พัฒนากิจที่สำคัญของบิดามารดาคือการเรียนรู้ภารกิจของบิดามารดาที่จะดูแลบุตรด้วยความสามารถและความเชื่อมั่น เข้าใจและยอมรับในบทบาทที่ตนได้รับโดยไม่มี ความขัดแย้ง

3. สร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างบิดามารดาและบุตร บิดามารดาควรยอมรับบุตรในฐานะบุคคลคนหนึ่ง เอาใจใส่ เรียนรู้ที่จะสื่อสารกับบุตร ตอบสนองความต้องการบุตรตามความต้องการที่แท้จริงของบุตรมากกว่าตามความคาดหวังของบิดามารดาเอง และในระหว่างคู่สมรสคงไว้ซึ่งสัมพันธภาพที่มีความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน

4. ยอมรับและปรับบทบาทการเป็นบิดามารดา บิดามารดาใหม่ควรมีการเรียนรู้ที่จะยอมรับและปรับความตึงเครียด รวมทั้งปรับนิสัยการกิน การนอน การพักผ่อนในรูปแบบที่สอดคล้องกับความต้องการของบุตรและตนเอง

5. การสร้างสัมพันธภาพในชุมชน เมื่อมีบุตร บิดามารดาควรมีสัมพันธภาพกับครอบครัวอื่น ๆ โดยเฉพาะครอบครัวที่มีบุตรรุ่นเดียวกัน พุดคุยปรึกษาหารือกันและให้คำแนะนำซึ่งกันและกัน

จะเห็นได้ว่า พัฒนากิจของครอบครัวในระยะเริ่มเลี้ยงดูบุตรนั้นมีความเกี่ยวเนื่องกันอย่างยิ่งกับการปฏิบัติหน้าที่อย่างเหมาะสมของคู่สมรสหรือบิดามารดา อันจะนำไปสู่ความผาสุกของครอบครัว โดยเฉพาะครอบครัวระยะนี้ซึ่งต้องเพิ่มบทบาทการเป็นบิดามารดา ปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในครอบครัวที่เคยมีเพียงสองคนมาเป็นสามคนหรือมากกว่านั้น สำหรับการทำหน้าที่ตามพัฒนาการของครอบครัวที่มีบุตรแล้วนั้นก็ต้องปฏิบัติตามพัฒนาการสำคัญดังที่ได้กล่าวมาแล้ว แต่ต้องปฏิบัติแก่เด็กถึงสองคนไปพร้อม ๆ กัน เพราะเด็กฝาแฝดนั้นเกิดมาพร้อมกันในครอบครัวเดียวกันที่มีบิดามารดาคนเดียวกัน เป็นเด็กที่มีอายุเท่ากันและอยู่ในวัยเดียวกัน

การเลี้ยงดูบุตรในวัยแรกเกิดจนถึงวัยเตาะแตะ

กุศล สุนทรธาดา, อุไรวรรณ คณิงสุขเกษม, กาญจนา ตั้งชลทิพย์ และสุริย์พร พันพื้ง. (2542). ได้สรุปความหมายของการอบรมเลี้ยงดูเด็กว่า หมายถึง ลักษณะวิธีการต่าง ๆ ที่ผู้เลี้ยงเด็กใช้ในการเลี้ยงดูเด็ก ดูแลเด็ก อบรมสั่งสอนเด็ก และมีปฏิสัมพันธ์กับเด็ก รวมทั้งการปฏิบัติตัวของผู้เลี้ยงเด็ก และความคิดเห็นของผู้ใหญ่เกี่ยวกับเด็ก

อำไพพรรณ ปัญญาโรจน์ (2545) ได้แบ่งความหมายของการอบรมเลี้ยงดูออกเป็น 2 ประเด็น คือ การอบรม หมายถึง การแนะนำ สั่งสอน ชักเย้าย และฝึกหัด ที่มุ่งให้เด็กมีความประพฤติดี มีระเบียบวินัย รู้จักควบคุมตนเอง มีความรับผิดชอบ รู้ผิดรู้ชอบ รู้สิ่งที่ควรและไม่ควร ประพฤติปฏิบัติ และการเลี้ยงดู หมายถึง การดูแลในเรื่องอาหาร สุขภาพ ความเป็นอยู่ เพื่อตอบสนองความต้องการของเด็ก และส่งเสริมให้เด็กมีพัฒนาการด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม สติปัญญา และจริยธรรม

ศิริกุล อิศรานรักษ์ และปราวณี สิทธิสุนทร (2550) ให้ความหมายของการอบรมเลี้ยงดูว่า หมายถึง การตอบสนองความต้องการของเด็กทั้งกายและใจ การมีปฏิสัมพันธ์กับเด็ก การถ่ายทอดวัฒนธรรม ทัศนคติความเชื่อ ค่านิยม ความรู้ และความหวังของสังคมตลอดจนการส่งเสริมให้เด็กมีพัฒนาที่ได้อย่างรอบด้าน คือ กาย ใจ สังคม และปัญญา

เกรก (Craig, 1979) กล่าวว่า การอบรมเลี้ยงดู คือ กระบวนการที่บุคคลได้เรียนรู้ในการพัฒนาทัศนคติ ความเชื่อ ค่านิยม ความรู้ และความหวังของสังคม ตลอดจนการปฏิบัติตนให้เหมาะสมกับบทบาทของงานในสังคมนั้น ๆ ด้วย

ดังนั้นจึงอาจกล่าวได้ว่า การเลี้ยงดู หมายถึง การที่บิดามารดาหรือผู้ที่ใกล้ชิดเด็กได้ปฏิบัติตนเพื่ออบรมสั่งสอนและส่งเสริมปลูกฝังให้เด็ก มีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ในทุกด้าน คือ ด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา โดยการวางรากฐานของพฤติกรรมที่ดูแลที่ดีในการดำรงชีวิตอยู่ในสังคม ซึ่งมีหลักการทั่วไปในการอบรมเลี้ยงดูเด็ก ดังนี้ (อำไพพรรณ ปัญญาโรจน์, 2545)

1. เด็กเรียนรู้การโต้ตอบสิ่งเร้าและการกระทำของพ่อแม่ การกระทำใดได้ผลตอบสนองที่พึงพอใจก็จะกระทำซ้ำ ๆ จนเป็นนิสัยประจำตัวหรือกลายเป็นบุคลิกภาพ
2. อบรมสั่งสอนด้วยวิธีการที่สุภาพ หลีกเลี่ยงการทำให้เด็กอับอายต่อหน้าผู้อื่น พ่อแม่ต้องมีอารมณ์คงที่ มีความมั่นใจและยึดหลักการเดียวกันในการอบรมเด็ก ต้องมีเหตุผลให้เด็กเข้าใจ และสามารถปฏิบัติตามได้อย่างมีความสุข
3. ใช้วินัยเพื่อเสริมสร้างเด็ก ให้รางวัลสำหรับการกระทำดีเล็ก ๆ น้อย ๆ อย่างไรก็ตามอย่าพยายามซื้อความรัก ความเคารพ หรือความเชื่อสัจย์ของเด็กโดยการให้ของขวัญหรือสิทธิพิเศษ

4. พ่อแม่หรือผู้อบรมเลี้ยงดูต้องมีความเข้าใจว่า เด็กแต่ละคนย่อมมีความแตกต่างกัน ทั้งในด้านความสามารถ ความสนใจต่อสิ่งต่าง ๆ อายุที่ต่างกัน มีเอกลักษณ์เฉพาะตัวที่แตกต่างกัน ดังนั้นจึงควรอบรมเลี้ยงดูเด็กให้ถูกต้องเหมาะสมกับพัฒนาการของเด็กแต่ละวัย

5. ท่าทีของพ่อแม่หรือผู้เลี้ยงดูที่เต็มไปด้วยความรัก ความเข้าใจ ความสนใจ ขอมรับเด็ก มีความเที่ยงธรรมสม่ำเสมอและต่อเนื่องอยู่ตลอดเวลา จะทำให้เกิดพัฒนาการที่เหมาะสมในเด็ก

6. พ่อแม่หรือผู้อบรมเลี้ยงดูเด็ก ต้องทำตนเป็นแบบอย่างที่ดีสำหรับเด็ก เนื่องจากเด็กมักเลียนแบบการกระทำของพ่อแม่หรือผู้ใกล้ชิด สิ่ง que เด็กเห็นนั้นมีอิทธิพลต่อเด็กมากกว่าคำบอกเล่าหรือสั่งสอน

7. ควรอยู่ใกล้ชิดและมีสัมพันธภาพที่ดีกับเด็ก ทำให้เด็กเกิดความรู้สึกรัก ไว้วางใจ และขอมรับนับถือ เพื่อให้เด็กเกิดความเชื่อมั่นในการที่จะประพฤติสิ่งที่ได้รับการอบรมสั่งสอน ทำให้สัมพันธภาพระหว่างพ่อแม่หรือผู้อบรมเลี้ยงดูกับเด็กพัฒนาไปอย่างดี

8. เมื่อจำเป็นต้องลงโทษเด็ก อย่างลงโทษรุนแรงเกินกว่าเหตุ ซึ่งเหตุผลที่เด็กต้องถูกลงโทษ

9. ไม่ควรคุ้มครองและปกป้องเด็กจากโลกความเป็นจริงตลอดเวลา เด็กจะกลายเป็นคนอ่อนแอและเป็นผู้ใหญ่ที่ไม่สามารถทนความทุกข์ ความไม่สมปรารถนาซึ่งเป็นสัจธรรมด้านหนึ่งของชีวิตจริงได้

10. เปิดโอกาสให้เด็กได้เจรจา สื่อสาร ได้แย้ง ให้เหตุผล แสดงความรู้สึกและความคิดเห็นตั้งแต่อายุน้อย จะทำให้เด็กสามารถเรียนรู้ที่จะเป็นผู้ฟังและผู้พูดที่ดีมีเหตุผลและมีความหมาย

11. ไม่ใช้คำพูดกับเด็กในทางลบ เช่น ขี้เกียจ โง่ คื้อดำน เป็นต้น เพราะเป็นการสร้างสัมพันธภาพกับเด็กในทางลบ ถ้าเด็กเติบโตมาด้วยตราที่พ่อแม่ประทับให้ตลอดเวลาตั้งแต่วัยเด็ก เขาก็จะเรียนรู้ที่จะเป็นอย่างที่พ่อแม่ติตราให้ไปจนโต

12. พ่อแม่ที่ทำรุนแรงกับลูก โดยทางกาย ทางอารมณ์ หรือโดยการทอดทิ้ง มีผลคือทำให้เด็กไม่สามารถสร้างสัมพันธ์กับผู้อื่นได้ ไม่รักตนเองและไม่รักผู้อื่น มีภาพพจน์ในทางลบต่อตนเองและต่อผู้อื่น

13. ในยุคสมัยของสังคมปัจจุบันควรอบรมเด็กให้รู้จักคิด รู้จักเลือกหรือใช้เหตุผลของตนเอง มีการควบคุมตนเอง พึ่งพาตนเองมากกว่าพึ่งพาผู้อื่น

จากที่กล่าวมาข้างต้น จะเห็นได้ว่าการอบรมเลี้ยงดูเด็ก ได้มีผู้ให้ความหมายไว้หลากหลายประการ รวมทั้งหลักการทั่วไปของการเลี้ยงดูเด็ก นอกจากนี้การเลี้ยงดูเด็ก ยังสามารถ

แบ่งตามระยะพัฒนาการของเด็ก ซึ่งในที่นี้จะกล่าวถึงเฉพาะการเลี้ยงดูเด็กวัยทารกจนถึงวัยเตาะแตะ ดังนี้

การเลี้ยงดูเด็กวัยทารก

วัยทารกถือเป็นวัยสำคัญเนื่องจากเป็นวัยเริ่มต้นของชีวิต หากทารกได้รับการเลี้ยงดูและการเอาใจใส่ที่ดีตั้งแต่ระยะแรกเริ่มจะส่งเสริมให้ทารกนั้นเจริญเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่สมบูรณ์แข็งแรงต่อไป ในการเลี้ยงดูทารกนั้นเป็นหน้าที่ของบิดามารดาาร่วมกัน การเลี้ยงดูทารกนั้นประกอบด้วยเรื่องต่าง ๆ ดังนี้ (รัชนี ลาซโรจน์, 2549; อรพรรณ ลือบุญรัชชัย, 2541)

1. การดูแลทำความสะอาดร่างกายที่สำคัญ ได้แก่ การทำความสะอาดภายหลังการที่ทารกถ่ายอุจจาระและปัสสาวะ การเปลี่ยนผ้าอ้อม การสระผม การทำความสะอาดช่องปาก การอาบน้ำทารก การอาบน้ำทารกให้ประโยชน์หลายประการ คือ ช่วยกระตุ้นการไหลเวียนโลหิต ผิวหนังสะอาดป้องกันการติดเชื้อและทำให้ทารกสุขสบายและในขณะที่อาบน้ำจะได้สำรวจความผิดปกติต่าง ๆ ของทารก
2. การป้องกันการติดเชื้อแก่ทารก เป็นสิ่งที่บิดามารดาจะต้องระมัดระวังเป็นอย่างยิ่ง เพราะทารกคลอดใหม่มีความต้านทานต่ำ ผู้เป็นบิดามารดาจะต้องทราบหลักสำคัญในการป้องกันการติดเชื้อในทารกเกิดใหม่คือ การรักษาความสะอาด ล้างมือก่อนและหลังการจับต้องเด็กทารก อาการแสดงของการติดเชื้อต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับทารกผู้เลี้ยงดูต้องตัดสินใจให้ทัน ดูแลห้องหรือสถานที่ที่ทารกอยู่อาศัยให้ปราศจากฝุ่นละออง อากาศถ่ายเทสะดวก ไม่นำทารกไปในย่านชุมชนเป็นต้น
3. การให้นมมารดาแก่ทารก แนะนำให้เลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างน้อย 4 เดือน เพราะนมมารดามีประโยชน์ต่อทารกมาก วิธีการให้นมอาจให้ทุก 3 - 4 ชั่วโมง หรือตามความต้องการของทารก มารดาจะต้องทำความสะอาดมือและเต้านม เต้านม ให้สะอาดก่อนให้นมแก่ทารก และเมื่อจะเปลี่ยนให้นมทารกอีกข้างหนึ่งมารดาจะต้องกดคางหรือกดข้างมุมปากเบา ๆ และทารกจะคายหัวนมออกเมื่อเสร็จแล้วให้มารดาล้างหรือเช็ดเต้านม หัวนมให้สะอาดซับให้แห้ง ใส่ยกรทรงขนาดพอเหมาะเพื่อพยุงเต้านมไว้ ในการดูนมของทารกให้ใช้เวลาดูประมาณ 5 - 20 นาที หลังจากให้นมทารกแล้วต้องอุ้มพาดบ่าหรือจับนั่ง ให้ทารกเรอเอาลมออกมาแล้ววางทารกลงบนที่นอนในลักษณะตะแคงขวาเพื่อให้น้ำนมผ่านสู่กระเพาะได้ดีขึ้น
4. การจัดให้ทารกพักผ่อนหลับนอนเพียงพอ ทารกใช้เวลาส่วนใหญ่ในการนอน ดังนั้นควรจัดสถานที่และบรรยากาศที่เหมาะสมแก่การนอนให้ทารก ควรจัดให้ทารกนอนคว่ำตั้งแต่เดือนที่สองหรือสาม เพราะช่วยให้นอนหลับนาน ร่างกายไม่เสียรูปทรง และป้องกันอันตรายจากการแหงหรืออาเจียนนม สิ่งที่ต้องระวัง คือ ที่นอนของทารกควรอยู่ในระดับพื้นห้อง ถ้าอยู่บนเตียงควรมีลูกกรงกั้น

5. วิธีการสังเกตอาการผิดปกติที่พบบ่อยและวิธีแก้ไข ซึ่งต้องแนะนำให้บิดามารดาได้ รู้จักสังเกตอาการผิดปกติง่าย ๆ ตั้งแต่ศีรษะ โดยสังเกตขณะสระผมศีรษะไม่ควรจะมีรังแคติด และ สกปรก มารดาควรสระผมให้แก่ทารกในขณะอาบน้ำด้วย สิ่งที่ต้องสังเกตและให้การดูแล มีดังนี้

5.1 หู ควรระวังอย่าให้น้ำเข้าหู เวลาอาบน้ำทารกและควรใช้ไม้พันสำลีเช็ดหูทั้งสอง ข้างหลังจากอาบน้ำเรียบร้อยแล้ว

5.2 ตา ทารกอาจตาเหลืองได้เนื่องจากขาดน้ำ มารดาควรให้ทารกดื่มน้ำต้มสุกที่เย็น แล้วมาก ๆ และก่อนลูกต้องบริเวณตาควรทำความสะอาดมือก่อนทุกครั้ง

5.3 การทำความสะอาดมูก ปาก และคอ จมูกควรใช้ไม้พันสำลีเช็ดค่อย ๆ ส่วน ภายในปากกระพุ้งแก้มเพดาน อาจมีจุดขาว ๆ เล็ก ๆ เพา้เข้มหมุดซึ่งจะหลุดหายไปเองห้ามแกะ

5.4 ทารกที่ผิวหนังลอก ควรระวังเรื่องความสะอาดหรือใช้น้ำมันมะกอกเช็ด หลังอาบน้ำ

5.4.1 ผดผื่น ที่เกิดขึ้นกับทารกเนื่องจากอากาศร้อน ทารกควรใส่เสื้อผ้าให้ถูกต้อง ตามฤดู หน้าร้อนควรใส่เสื้อผ้าที่บางเบาและอ่อนนุ่ม หน้าหนาวควรใส่เสื้อผ้าที่ค่อนข้างหนาแต่ อย่าห่อทารกมากเกินไปจะทำให้ทารกอึดอัด ทารกบางรายอาจมีตุ่มหนองและไม่ใช้แผลพุพอง อาจ ใช้สบู่อย่างอ่อนและทาแป้ง

5.4.2 ก้นเปื่อย ควรระวังเรื่องความสะอาด ภายหลังทารกถ่ายอุจจาระและ ปัสสาวะต้องล้างน้ำและเช็ดให้แห้งทุกครั้ง งดนุ่งผ้าอ้อมในรายที่ก้นเปื่อย ใช้ผ้าอ้อมที่สะอาดรอง ก้นน้อย ๆ เมื่อก้นเปื่อย

5.4.3 ท้องผูก ควรให้น้ำสัปดาห์ละทุกวัน ให้ดื่มน้ำมาก ๆ หรืออาจจะใช้ยาเหน็บทวาร หนัก หรือเหลาสบู่เป็นแท่งเล็ก ๆ เหน็บทวารหนัก

5.5 การสำรอก เกิดเนื่องจากการให้อาหารทารกมากเกินไปหรือบ่อยเกินไป คุณนม เร็วเกินไปจึงทำให้เกิดลมและจุกเสียดในกระเพาะ หลังจากให้นมทารกควรยกทารกพาดบ่า ลูบหลัง เบา ๆ เพื่อให้เรอเอารมออกมา

5.6 อาการร้องกวนของทารก บิดามารดาต้องสังเกตอาการของทารก ร้องเพราะหิว หรือได้รับความเจ็บป่วย เช่น ร้องแล้วมือเท้ากำยกแขนขาขึ้น แสดงว่าปวดท้อง หรือร้องเพราะ ทำอะไรเบื่อจนควรเปลี่ยนผ้าให้ใหม่ เป็นต้น

6. การสร้างเสริมภูมิคุ้มกัน คือ การที่ทารกได้รับภูมิคุ้มกันโรคตามเกณฑ์อายุและ กำหนดการให้ภูมิคุ้มกันโรค

7. สิ่งสำคัญที่บิดามารดาจะละเลยมิได้ คือการดูแลด้านจิตใจของทารก ทารกขณะนี้ต้อง ความรักความอบอุ่นจากบิดามารดาหรือผู้เลี้ยงดู เพราะถ้าหากขาดความรักความอบอุ่นทางด้าน

จิตใจ ทารกมักจะเจริญเติบโตได้ไม่ดีเท่าที่ควร ดังนั้นผู้เป็นบิดามารดาหรือผู้เลี้ยงดูควรระลึกรู้อย่างดีว่านอกจากความสุขทางด้านร่างกายแล้ว ทารกยังต้องการความรักความอบอุ่นทางด้านจิตใจด้วย โดยบิดามารดาจะต้องสัมผัสทารกอย่างนุ่มนวลกอดรัด อุ้มชู ดูแลและให้ความสุขสบาย ปราศจากสิ่งรบกวนและอันตรายต่าง ๆ

การเลี้ยงดูเด็กวัยเตาะแตะ

วัยเตาะแตะเป็นวัยที่เด็กมีความมั่นใจในความสามารถของตนเองที่จะเดิน วิ่ง และสามารถทำให้ผู้อื่นรู้ว่าเขาต้องการอะไรและแสดงให้เห็นว่า เขามีจิตใจและความรู้สึกเป็นของตนเอง ความต้องการของเด็กวัยนี้คือ ความรัก ความมั่นคงในการดูแล ความต้องการเป็นอิสระ ต้องการที่จะทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเอง ชอบสำรวจเพราะเริ่มเดินเองได้ สำหรับด้านโครงสร้างทางร่างกายมีการประสานการทำงานกันมากขึ้นของกล้ามเนื้อมัดใหญ่และมัดเล็ก ทำให้เด็กได้มีทักษะใหม่ ๆ เพิ่มขึ้น นอกจากนี้วัยนี้จะอยู่ในระหว่างการฝึกหัดพูด การเรียนรู้กฎระเบียบทางสังคม การฝึกหัดการขับถ่ายอุจจาระปัสสาวะ (ยุวดี พงษ์สาระนันท์กุล, 2551) ในการเลี้ยงดูเด็กวัยนี้นั้น เป็นหน้าที่ความรับผิดชอบของบิดามารดาที่จะต้องช่วยกัน ซึ่งมีแนวทางในการเลี้ยงดูโดยประยุกต์จากแนวทางการพยาบาลเพื่อส่งเสริมสุขภาพเด็กวัยหัดเดินของ ดาวัลย์ ประทีปชัยกุล (2545) ประกอบด้วยเรื่องต่าง ๆ ดังนี้

1. การป้องกันโรคติดเชื้อและการบาดเจ็บ เนื่องจากวัยนี้เริ่มเข้าสถานเลี้ยงเด็กกลางวัน เด็กจึงมีโอกาสสัมผัสเชื้อโรคตัวใหม่โดยเฉพาะการติดเชื้อระบบทางเดินหายใจ เช่น เป็นหวัด และระบบทางเดินอาหาร เช่น ท้องเสีย อาเจียน เป็นต้น และเนื่องจากวัยนี้สามารถเคลื่อนไหวได้เองอย่างเป็นอิสระ มีความอยากรู้อยากเห็นสิ่งต่าง ๆ รอบตัว ความไม่ระมัดระวังในอันตรายที่อาจเกิดขึ้นจากการขาดประสบการณ์ จึงทำให้เกิดการบาดเจ็บได้ง่าย ดังนั้นในการป้องกันการติดเชื้อ บิดามารดาควรนำเด็กไปรับวัคซีนตามกำหนด สำหรับการป้องกันการบาดเจ็บแก่เด็กเป็นวิธีที่ดีที่สุดในการลดอุบัติการณ์การเกิดอุบัติเหตุในเด็ก เช่น ไม่ปล่อยให้เด็กเล่นอยู่นอกบ้านตามลำพัง เมื่ออยู่ใกล้แหล่งน้ำควรดูแลอย่างใกล้ชิด รูปปลั๊กไฟควรมีฝาครอบกันไม่ให้เด็กแหย่รูปลั๊ก เก็บสารพิษทุกชนิดให้ไกลมือเด็ก ดูแลป้องกันการตกจากที่สูง หลีกเลี่ยงการเล่นของมีคมหรือมีมุมแหลม เช่น มีด กรรไกร เป็นต้น

2. การดูแลให้ได้รับอาหาร เนื่องจากวัยนี้เป็นวัยที่ต้องการเป็นอิสระ การปฏิเสธอาหารจึงเป็นวิธีหนึ่งที่เด็กวัยนี้จะแสดงถึงความเป็นอิสระของตนเอง ส่วนใหญ่เมื่ออายุประมาณ 18 เดือน ซึ่งอาจเป็นเพราะอัตราการเจริญเติบโตช้าลง มีความสนใจช่วงสั้น ๆ และถูกดึงดูดความสนใจจากสิ่งเร้าในสิ่งแวดล้อมได้ง่าย และมีความสนใจสิ่งรอบ ๆ ตัวเพิ่มขึ้น ด้วยเหตุนี้เด็กจึงมักมีพฤติกรรมปฏิเสธอาหาร เพราะจะสนใจหรือเพลิดเพลินกับการเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ รอบตัวมากกว่าการ

รับประทานอาหาร ดังนั้นบิดามารดาจึงไม่ควรวิตกกังวลมากเกินไปหรือลงโทษเด็กเมื่อเด็ก รับประทานอาหารน้อย ควรจัดอาหารหลายชนิดให้เด็กได้เลือกอาหารเองโดยเด็กไม่จำเป็นต้อง รับประทานครบทุกชนิดที่จัดให้ ช่วงเวลาอาหารควรเป็นช่วงที่เงียบไม่มีสิ่งดึงดูดความสนใจเด็ก เช่น โทรทัศน์ เป็นต้น มิฉะนั้นเด็กจะไม่สนใจรับประทานอาหาร และไม่ควรให้เด็กรับประทาน อาหารจำพวกแป้งหรือนมก่อนมื้ออาหารเพราะจะทำให้ความอยากอาหารลดลง

3. การดูแลสุขภาพฟัน การดูแลความสะอาดของช่องปากเป็นสิ่งสำคัญในการที่จะรักษา สุขภาพของเหงือกและฟัน บิดามารดาควรพาเด็กไปพบทันตแพทย์เมื่อฟันซี่แรกขึ้นหรืออย่างช้า ไม่ควรเกิน 2½ ปี เป้าหมายสำคัญในการดูแลสุขภาพฟันคือ การกำจัดหินปูนและจุลินทรีย์ที่อยู่ตาม ซอกฟัน ซึ่งเป็นสาเหตุให้เกิดฟันผุและเป็นโรคเหงือก วิธีกำจัดหินปูนที่มีประสิทธิภาพและดีที่สุด คือ การแปรงฟัน ควรแปรงฟันอย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง คือ เช้าและก่อนนอน ถ้าเด็กไม่สามารถ แปรงฟันได้ในช่วงเวลาดังกล่าวควรให้บ้วนปากอย่างน้อย 3 - 4 ครั้งแทน และในระหว่างกร แปรงฟัน ให้เด็กควรเล่นิทาน ร้องเพลง หรือพูดคุยกับเด็กเพื่อให้เด็กไม่รู้สึกลบเบื่อและให้ความ ร่วมมือ ในกรณีที่เด็กยังดูขดขนบ บิดามารดาควรมีการป้องกันฟันผุจากการเลี้ยงบุตรด้วยขวดนม ดังนี้

3.1 ไม่ควรให้เด็กหลับด้วยการให้ดูดนมก่อนนอน ถ้าเด็กติดนิสัยต้องดูดนมก่อน นอนควรให้เด็กดูดนมจากขวดแทนนม

3.2 ไม่ควรให้เด็กเดินดูดขวดนมตลอดเวลา

3.3 เด็กควรได้รับฟลูออไรด์ที่เพียงพอกับความต้องการของร่างกาย

3.4 ควรทำความสะอาดช่องปากแก่เด็กอย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง

3.5 ไม่ควรใช้ช้อนร่วมกับเด็ก เนื่องจากจุลินทรีย์ในช่องปากอาจติดไปยังเด็กได้

3.6 เมื่อฟันเด็กเริ่มขึ้นควรให้นมเด็กเป็นมื้อ และไม่ควรให้เด็กดูดนมในขณะที่หลับ

3.7 อาจให้เด็กดูดหัวนมหลอกแทนการดูดนมขวดได้

3.8 ควรพาเด็กไปหาทันตแพทย์ครั้งแรกเมื่ออายุ 6 - 12 เดือน

4. การดูแลเรื่องการถ่ายภาพ เด็กวัยเตาะแตะจำเป็นต้องได้รับการฝึกการถ่ายภาพเพื่อให้เด็ก ข่ายถ่ายได้ในสถานที่เหมาะสมและปฏิบัติตนในการถ่ายภาพได้ถูกต้อง การฝึกการถ่ายภาพของเด็กวัย นี้ช่วงเวลาที่เหมาะสม คือ ช่วงอายุ 18 - 24 เดือน เพราะกล้ามเนื้อหูรูดอยู่ในขั้นพัฒนาการที่เด็ก สามารถควบคุมได้ อย่างไรก็ตามต้องดูความพร้อมของเด็กด้วย ได้แก่ ความพร้อมด้านร่างกาย เด็ก สามารถควบคุมการถ่ายภาพปัสสาวะได้นานอย่างน้อย 2 ชั่วโมง สามารถถอดกางเกงได้ มีการ ข่ายถ่ายอุจจาระสม่ำเสมอ เช่น วันละครั้ง เป็นต้น ความพร้อมทางด้านสติปัญญา เด็กสามารถสื่อสาร ความต้องการถ่ายภาพ ซึ่งแสดงออกโดยท่าทางหรือคำพูดเฉพาะในการสื่อความหมาย เช่น อี อี

เป็นต้น ความพร้อมด้านจิตใจ เด็กสามารถนั่งกระโถนได้นาน 5-10 นาที โดยไม่บ่นหรือลุกขึ้น ไม่อดทนต่อความเปียกชื้นหรือสิ่งสกปรก เช่น ต้องการให้เปลี่ยนผ้าอ้อมทันทีที่เปียก เป็นต้น

5. การดูแลเรื่องกิจกรรมและการออกกำลังกาย วัยเตาะแตะเป็นวัยที่มีกิจกรรมมาก เพราะเด็กมีการพัฒนาการทางด้านกล้ามเนื้อที่เพิ่มขึ้นทั้งมัดเล็กและมัดใหญ่ พัฒนาการที่สำคัญของเด็กวัยนี้คือ การเคลื่อนไหว เด็กจะพัฒนาทักษะการเดินได้ดีในช่วงอายุ 1½ - 2 ปี พยายามวิ่งเมื่ออายุ 18 เดือน แต่หกล้มได้ง่ายและสามารถขึ้นลงบันไดได้เมื่ออายุ 2½ ปี เด็กสามารถกระโดดสองเท้าพร้อมกันได้ ยืนขาเดียวได้นานประมาณ 1-2 นาที ในช่วงปลายขวบปีที่สอง การควบคุมการเคลื่อนไหวของร่างกายดีขึ้นเมื่ออายุ 3 ปี จะสามารถวิ่งและหยุดทันทีที่กระโดดขึ้นลงได้ง่าย บิดามารดาควรจัดสิ่งแวดล้อมที่ปลอดภัยให้แก่บุตร สนับสนุนให้เด็กได้พัฒนากล้ามเนื้อเพื่อเสริมสร้างประสบการณ์แก่บุตร เช่น ให้บุตรรู้จักช่วยเหลือสิ่งของภายในบ้าน มีส่วนร่วมในการทำงานบ้าน ได้แก่ ช่วยกวาดบ้าน รดน้ำต้นไม้ เป็นต้น ให้เด็กทำในสิ่งที่สามารถทำได้เพื่อให้เด็กเกิดความรู้สึกสนุกสนานเพลิดเพลินและเป็นการฝึกให้ช่วยตัวเอง วัยนี้เมื่ออายุ 18 เดือน เริ่มสามารถจับถ้วยโดยใช้สองมือ ใช้ช้อนตักอาหารได้แต่ยังหกเลอะเทอะ บิดามารดาควรพยายามให้เด็กรับประทานอาหารเอง และไม่ควรแสดงความไม่พอใจหรือรำคาญในการที่บุตรทำอาหารหกจะทำให้บุตรรู้สึกผิดเป็นการปิดกั้นการเรียนรู้ของบุตร และเด็กวัยนี้สามารถจับปากกาดินสอระบายสีได้แต่ยังไม่เป็นรูป บิดามารดาควรหาดินสอหรือสีเทียนและกระดาษมาให้กับบุตรได้ฝึกหัดเขียน เด็กอาจลากเส้นไปมาหรือขีดเขียนด้วยความพอใจ ระเบียบนี้เป็นระเบียบที่บิดามารดาควรปูพื้นฐานในเรื่องศิลปะให้กับบุตรส่งเสริมให้บุตรมีความคิดสร้างสรรค์ด้วยสนใจ ช่วยส่งเสริม กระตุ้นและให้กำลังใจให้บุตรได้มีการพัฒนาการที่เพิ่มขึ้นและเด็กยังได้รับความสนุกสนานกับทักษะใหม่ ๆ อีกด้วย

สำหรับการเล่นถือว่าเป็นกิจกรรมและการออกกำลังกายที่สำคัญสำหรับเด็กวัยนี้ เนื่องจากการเล่นเป็นการทำงานของเด็ก ซึ่งถือเป็นกิจกรรมตามธรรมชาติที่มีความสำคัญมากสำหรับเด็ก การเล่นจะช่วยให้เด็กเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ ในโลกรอบตัวเขา ประสบการณ์การเล่นที่เด็กสะสมไปตามวัย ทำให้เด็กค้นพบการเรียนรู้ที่มีคุณค่าชัดเจน และส่งผลต่อพัฒนาการทางด้านร่างกาย สังคม และทักษะทางปัญญา รวมทั้งความคิดรวบยอดในเรื่องต่าง ๆ ด้วย สำหรับวัยเตาะแตะบิดามารดาควรเลือกของเล่นและจัดกิจกรรมการเล่น ดังนี้ (Isenberg & Jacobs, 1982)

5.1 จัดของเล่นที่ทำพายุให้เด็กพัฒนาทักษะใหม่ ๆ กล่าวคือ ของเล่นที่ต้องใช้ทักษะที่สูงกว่าทักษะที่เด็กมีอยู่ แต่ไม่มากนัก เช่น ถ้าเด็กสามารถลากจูงของเล่นได้เด็กก็พร้อมที่จะขี่จักรยานสามล้อได้ เป็นต้น

5.2 จัดโอกาสให้เด็กได้เรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ เช่น หารูปภาพสัตว์ใหม่ ๆ ผลไม้และผักชนิดต่าง ๆ เพื่อให้เด็กเรียนรู้ เป็นต้น

5.3 จัดโอกาสให้เด็กมีปฏิสัมพันธ์กับเด็กอื่นในสังคม แต่ไม่บังคับให้เด็กเล่นด้วยกัน เช่น พาไปเล่นสนามเด็กเล่นทำให้เด็กมีโอกาสใกล้ชิดและเฝ้ามองเด็กอื่น ๆ เล่น หรือแบ่งของเล่นกัน

5.4 ฝึกให้เด็กมีความเป็นผู้นำ อนุญาตให้เด็กเลือกและสำรวจของเล่นใหม่ ๆ ได้ในขอบเขตที่ปลอดภัย

5.5 ของเล่นที่เลือกให้เด็กวัยนี้ควรเป็นของเล่นที่แข็งแรง ไม่แตกหักง่าย สามารถลากจูง ทบหรือขยำได้ เช่น บล็อกไม้ที่มีขนาดและรูปร่างต่าง ๆ กัน อุปกรณ์ในครัว เช่น หม้อ กระทะ หรือก้อนตะปูที่ทำด้วยไม้หรือพลาสติกสำหรับให้เด็กทุบ เคาะ เป็นต้น

6. การดูแลเรื่องการพัฒนาการด้านสติปัญญาและภาษา ในการส่งเสริมพัฒนาการด้านสติปัญญาของเด็กนั้น นอกจากการจัดกิจกรรมการเล่นให้แก่เด็กแล้ว เด็กวัยนี้ยังต้องการการเรียนรู้จากประสบการณ์ทั้งในบ้านและนอกบ้าน การพาเด็กออกไปเที่ยวสวนสัตว์หรือสวนสาธารณะเป็นการจัดประสบการณ์ ซึ่งล้วนแต่ทำให้เกิดความเพลิดเพลินและส่งเสริมการออกกำลังกายด้วย สำหรับส่งเสริมพัฒนาการด้านภาษานั้น บิดามารดาควรพูดคุยหรือมีปฏิสัมพันธ์กับเด็ก ซึ่งอาจเป็นสิ่งที่ต้องใช้ความอดทนและความเข้าใจ เช่น พูดคุยกับเด็ก อ่านหนังสือหรือเล่านิทานให้ฟัง เป็นต้น นอกจากนี้บิดามารดาสามารถส่งเสริมพัฒนาการด้านภาษาโดยปฏิบัติตามคำแนะนำ ดังนี้

6.1 อนุญาตให้เด็กเลือกกิจกรรมการเล่นเอง ซึ่งเด็กวัยนี้มักเล่นบทบาทสมมติ

6.2 ขณะที่เด็กชวนคุยบิดามารดาควรให้ความสนใจ ตั้งใจฟัง และมีปฏิสัมพันธ์ด้วย ไม่ควรตัดบทหรือหยุดการคุยของเด็ก

6.3 เมื่อเด็กพูดประโยคที่ฟังแล้วไม่ค่อยเข้าใจ บิดามารดาควรย้อนถามกลับเพื่อความเข้าใจที่ถูกต้อง ซึ่งจะช่วยให้เด็กตอบได้ชัดเจนยิ่งขึ้น

6.4 ถ้าเด็กไม่สามารถเข้าใจคำพูดของบิดามารดา ควรพูดซ้ำและควรใช้คำที่เข้าใจง่าย มีทิศทาง และบ่งบอกถึงการกระทำที่ชัดเจน

6.5 ขยายความจากคำพูดของเด็ก เช่น “พ่อรด” มารดาควรพูดใหม่ว่า “พ่ออยู่ในรด” แล้วให้เด็กพูดตาม

6.6 ไม่ควรหัวเราะเมื่อเด็กแสดงความรู้สึกรอคอยหรือพูดผิด

6.7 ไม่ควรแก้ไขคำพูดเด็กตลอดเวลา อาจทำให้เด็กพูดน้อยลง

7. การดูแลเรื่องการนอนหลับพักผ่อน บิดามารดาควรส่งเสริมให้เด็กเข้านอนตามเวลา โดยกำหนดเวลาเข้านอนและให้เด็กเข้านอนตามเวลา เพราะถ้าเด็กเหนื่อยเกินไปเด็กจะงอแงมาก และนอนหลับยาก ในเวลาก่อนนอนควรจัดให้ทำกิจวัตรเป็นประจำ เช่น อาบน้ำ แปรงฟัน ใส่ชุดนอน เล่านิทาน สวดมนต์ เป็นต้น ควรทำทุกวันเพื่อให้เด็กเกิดความรู้สึกมั่นคงก่อนนอนและ เป็นสัญลักษณ์บ่งบอกว่าถึงเวลานอนแล้ว ในวัยนี้มักมีปัญหาหลับยาก อาจเนื่องมาจากกลัวความมืด และการพรากจาก ดังนั้นอาจช่วยให้เด็กหลับง่ายขึ้นโดยการเปิดไฟดวงเล็กหรือกอดของเล่นที่ชอบ หรือเปิดเพลงเบา ๆ ก่อนนอนไม่ควรให้เด็กดูโทรทัศน์หรือฟังนิทานเรื่องที่ตื่นเต้น น่ากลัว ซึ่งอาจ ทำให้เด็กฝันร้ายหรือร้องไห้กลางคืน ในช่วงกลางวันบิดามารดาควรเล่นหรือมีปฏิสัมพันธ์กับเด็ก บ้าง เนื่องจากเด็กอาจเรียกร้องความสนใจช่วงเวลานอนได้

8. การดูแลเรื่องการพัฒนาการทางเพศและการเจริญพันธุ์ ในวัยนี้เป็นวัยชอบสำรวจ จะสำรวจร่างกายตนเองและพบว่าเมื่อไปสัมผัสถูกอวัยวะเพศแล้วจะเกิดความรู้สึกเป็นสุข ดังนั้นเด็ก วัยนี้จึงชอบเอามือไปจับหรือสัมผัสอวัยวะเพศหรือมีพฤติกรรม เช่น การกอดรัดผู้อื่นหรือขึ้นไป เขย่าตัวบนหลังผู้อื่น ดังนั้นบิดามารดาจึงควรยอมรับพฤติกรรมที่แสดงออกทางเพศของเด็กมากกว่า การตำหนิตติเตียน พยายามเบี่ยงเบนความสนใจของเด็กด้วยการจัดกิจกรรมการเล่น การเล่นนั้นเป็น วิธีการหนึ่งที่สามารถเตรียมเด็กให้เติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีพฤติกรรมเหมาะสมกับเพศ เช่น ถ้าเห็น บุตรชายเล่นตุ๊กตา หรือใส่รองเท้าส้นสูงของมารดา ควรชี้ให้เห็นว่า พฤติกรรมการเล่นดังกล่าวเป็น การเล่นของเด็กผู้หญิง เป็นต้น

จากที่กล่าวมาข้างต้น จะเห็นได้ว่า โดยปกติสำหรับการเลี้ยงดูบุตรหนึ่งคน พัฒนกิจของ ครอบครัวที่จะต้องปฏิบัติภารกิจในการอบรมเลี้ยงดูบุตรเป็นเรื่องสำคัญยิ่ง และถือว่าเป็นภาระหนัก ของครอบครัวที่จะต้องอบรมเลี้ยงดูให้บุตรมีการเจริญเติบโตและพัฒนาการให้เป็นไปตามวัย รวมทั้งต้องเป็นคนดีของสังคมต่อไปในอนาคต ดังนั้นครอบครัวที่มีเด็กแฝดก็ย่อมจะต้องรับภาระ หนักยิ่งขึ้นเป็นสองเท่าในการอบรมเลี้ยงดูเด็กแฝด ซึ่งจากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับ การเลี้ยงดูบุตรของบิดามารดา ยังไม่พบการศึกษาถึงประสบการณ์ของบิดามารดาที่ต้องเลี้ยงดู บุตรแฝด จึงจำเป็นต้องมีการศึกษาในประเด็นดังกล่าว เพื่อจะได้เข้าใจถึงการรับรู้ และความรู้สึก ของบิดามารดาในการเลี้ยงดูบุตรแฝดได้อย่างละเอียดลึกซึ้งมากยิ่งขึ้น