



ข่าวเพื่อสื่อมวลชน

ฝ่ายประชาสัมพันธ์ สำนักงานเลขานุการกรม กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข
ถนนติวานนท์ จังหวัดนครบุรี 11000 โทร. 0-2591-8254 โทรสาร 0-2591-8266
E-mail : prdms2011@hotmail.com , pr_dms@yahoo.co.th

แพทย์ชี้ “การเล่น ไม่ใช่แค่เรื่องเล่นๆ”

แพทย์แนะ 5 วิธี เลือกของเล่นให้ลูก เปิดโอกาสให้เรียนรู้ทักษะใหม่ๆ เหมาะสมกับวัย เล่นได้หลากหลายวิธี และปลอดภัย เพื่อส่งเสริมพัฒนาการให้ลูกเติบโตอย่างมีคุณภาพ

นายแพทย์สมเกียรติ ลลิตวงศา ผู้อำนวยการสถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี (รพ.เด็ก) กรมการแพทย์ เปิดเผยว่า ในช่วงปิดเทอมลูกๆ มีเวลาอยู่กับ พ่อแม่ ผู้ปกครองมากกว่าช่วงเปิดเทอม จึงเป็นช่วงเวลาที่เหมาะสมในการเพิ่ม Quality time เวลาคุณภาพกับลูก ได้มากขึ้น เพื่อช่วยสร้างสัมพันธภาพกับลูก และทำให้ลูกมีพัฒนาการ ความมั่นใจ ในตัวเองที่ดี โดยหนึ่งในกิจกรรมที่เหมาะสม คือ ผ่าน “การเล่น” กับลูก พ่อ แม่ ผู้ปกครองจึงเป็นเพื่อนเล่นคนแรกของ ลูก และเป็นผู้ที่เด็กชอบเล่นด้วยมากที่สุด ทุกครั้งจึงเป็นการเรียนรู้ที่สนุกสนาน และยังเป็นพื้นฐานของการอ่านเขียน และเรียนรู้ พ่อแม่สามารถเล่นกับลูกได้ตั้งแต่ วัยทารก โดยเด็กทารกจะเล่นด้วยการขยับแขน ขา ตัวเอง มองสิ่งต่างๆ รอบตัว พอโตขึ้น จะเริ่มคว้าของเล่นเอง การเล่นของเด็กจะเปลี่ยนแปลงไปตามวัย โตขึ้นมาจะชอบเล่นสมมติ หรือ เล่นเกมที่มีกฎกติกามากขึ้นจะช่วยฝึกลูกในเรื่องจินตนาการ การแก้ไขปัญหาการอยู่ร่วมกับคนอื่น ช่วงที่พ่อแม่ไม่ว่าง อาจปล่อยให้ เป็นช่วงที่เด็กสามารถเล่นตามลำพังได้ การเลือกของเล่นสำหรับเด็กมีความสำคัญ ของเล่นที่ดีไม่ จำเป็นต้องมีราคาแพง สลับซับซ้อน เด็กจะสนใจคือ ของรอบตัว เช่น ของใช้ในบ้านกล่องผ้า ถังซักผ้า ไม้กวาด นำสิ่ง เหล่านี้มาเล่น ซึ่งของเล่นทุกชิ้นสามารถพัฒนาสติปัญญาของเด็กได้

แพทย์หญิงฉัตรพร ตั้งจิตติพร จิตแพทย์เด็กและวัยรุ่น สถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี (รพ.เด็ก) กรมการแพทย์ การเลือกของเล่น สำหรับเด็กไม่ใช่เรื่องง่าย เพราะเด็กแต่ละคนมีความสนใจที่แตกต่างกันไปบางครั้ง ของเล่นที่พ่อแม่เห็นว่าเหมาะกับลูก เด็กอาจไม่สนใจ แต่ไม่ใช่เรื่องที่ยากเกินไป ดังนั้น ของเล่นที่ดีควรมีลักษณะ ดังต่อไปนี้ **1. ปลอดภัย นับเป็นสิ่งสำคัญที่สุด** ต้องหมั่นตรวจสอบสภาพของเล่น อันตรายแก่เด็กดูความเหมาะสมกับ พัฒนาการ เช่น เด็กเล็ก จะชอบเอาของเข้าปาก เจ้างู ก็ต้องเลือกของเล่นที่ไม่ใช่ขนาดเล็กเป็นต้น **2. เหมาะสมกับวัย** **ทารก:** ของเล่นที่เพิ่มการรับรู้ ทางประสาทสัมผัส เช่น มีเสียงมองคว้าได้ สัมผัสได้ **เด็กเล็ก:** ขึ้นไม่เล็กลงไป มีการเคลื่อนไหว **เด็กโต:** เริ่มมีกลไกมากขึ้น ของเล่นที่ฝึกแก้ปัญหา **3. เล่นได้หลากหลายวิธี** เช่น ตัวต่อ ไม้บล็อก เกม กระตุ้นเพื่อฝึกทักษะการคิดวิเคราะห์ แก้ปัญหาแก่เด็ก และไม่ทำให้เด็กเบื่อง่าย **4. ราคาไม่แพงเกินไป** เหมาะสมกับเด็ก เพราะเด็กยังไม่สามารถรักษาของบางอย่างที่ราคาแพง ร่วมกับเด็กยังมีความสนใจสั้น อาจเบื่อง่ายและทำให้ พ่อแม่ ต้องเปลี่ยนของบ่อยๆ **5. เลือกของเล่นที่มีประโยชน์และที่จะไม่สร้างความขัดแย้ง** แก่พ่อแม่และเด็ก ปัญหาที่พบได้ บ่อยในปัจจุบัน ที่พ่อแม่จะเลือกซื้อ ของให้ลูกและไม่กำหนดกฎเกณฑ์ไว้ก่อน พอลูกเริ่มต่อ พ่อแม่ให้หยุดเล่น ก็เกิด ปัญหาอารมณ์กันดังนั้นทาง พ่อแม่คิดว่าสามารถ ควบคุมการเล่น ได้ ก็สามารถซื้อให้ได้ แต่หากคิดว่าเป็นเรื่องยากใน การควบคุม ก็ให้ชะลอการซื้อให้ลูกไว้ก่อน ฉะนั้น พ่อแม่ ผู้ปกครองควรเอาใจใส่กับการเลือกซื้อของเล่นให้ลูกหลาน เพื่อส่งเสริมพัฒนาการให้ลูกเติบโตอย่างมีคุณภาพ