

## การส่งเสริมการดำเนินชีวิตเด็กปฐมวัย

### สำคัญและมีแนวทางอย่างไร?

## Why the Way of Life in Early Childhood Promotion are Important and How to Approach?

บทความวิชาการ

วารสารพยาบาลศาสตร์และสุขภาพ

Journal of Nursing Science & Health

ปีที่ 36 ฉบับที่ 2 (เมษายน-มิถุนายน) 2556

Volume 36 No.2 (April-June) 2013

แก้วกาญจน์ เสือรัมย์ พย.ม.

Kaewkarn Suearam MSN<sup>1</sup>

### บทคัดย่อ

การดำเนินชีวิตของเด็กปฐมวัย ถือว่ามีความสำคัญยิ่ง เพราะเป็นพื้นฐานในการที่เด็กจะใช้ชีวิตสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมใน 3 ด้าน คือ พฤติกรรม จิตใจ และปัญญา โดยผ่านการอบรมเลี้ยงดูและส่งเสริมจากผู้ดูแล ซึ่งอาจจะเป็นพ่อแม่ หรือ ปู่ย่า ตายาย ด้วยพรหมวิหาร 4 คือ เมตตา กรุณา มุทิตา และอุเบกขา เพื่อให้เกิดเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ ดังนั้นเด็กปฐมวัยที่ได้รับการพัฒนาแล้วจึงสามารถแสดงออกทางพฤติกรรม คือ กาย และสังคม แสดงออกทางจิตใจ และแสดงออกทางปัญญาอย่างเหมาะสม เพื่อให้รู้จักดำเนินชีวิตถูกต้อง นอกจากนี้ยังเป็นการสร้างพื้นฐานทางด้านคุณธรรมให้กับเด็กตั้งแต่เริ่มต้นชีวิต ชิมซับสิ่งที่ดีงาม เป็นสมาชิกที่ดีต่อสังคม เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อบุคคลอื่น มีน้ำใจดีงามต่อผู้ใกล้ชิด นำไปสู่การอยู่ร่วมกันอย่างผาสุกในสังคม

**คำสำคัญ:** การดำเนินชีวิต เด็กปฐมวัย

### Abstract:

The way of life of early childhood. It is of paramount importance. It is the basis for the child to live with the environment in three areas: behavioral, mental, and intellectual, aspects of parenting and the promotion of it. This may be a parent or grandparent with four cardinal virtues is kind, please, kindness, and detached to be a complete man. The children have been developed in order to show the behavior of the physical and social emotional expression. Expression and intellectual property. In order to make correct lifestyle. It also forms the foundation of the moral life of the children from the start. Absorb the beauty. Is good for society. Generous to others, have a pretty good closer. Leads to the well-being of society together.

**keyword:** way of life, early childhood

### บทนำ

เด็กปฐมวัย คือ เด็กที่อยู่ในช่วงอายุตั้งแต่แรกเกิดถึง 5 ปี ซึ่งถือว่ามีความสำคัญเพราะเด็กวัยนี้มีอัตราการเจริญเติบโตทุกด้านทั้งร่างกาย สังคม จิตใจ และปัญญา<sup>1</sup> รวมถึงยังเป็นระยะสำคัญในการวางรากฐานทางสติปัญญา และบุคลิกภาพ<sup>2</sup> หากเด็กได้รับการพัฒนาอย่าง

เต็มตามศักยภาพ จะนำไปสู่พัฒนาการของการเป็นผู้ใหญ่ที่ดีของสังคมในอนาคต ส่งผลให้ประเทศชาติมีความสงบสุข<sup>3</sup> แต่ถ้าเด็กไม่ได้รับการสนับสนุนให้ได้ใช้สมองเพื่อการพัฒนาอย่างเต็มศักยภาพในสภาพที่เอื้อและพร้อมพร้อมอย่างเหมาะสม จะทำให้พัฒนาการของเด็กมีแนวโน้มผิดปกติ<sup>2</sup> ดังนั้นการที่เด็กจะก้าวไปในทิศทางใด

<sup>1</sup> ผู้ช่วยศาสตราจารย์ สาขาวิชาการพยาบาลสุขภาพเด็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

ย่อมขึ้นอยู่กับผู้ใหญ่ที่ให้การดูแล เบื้องต้นคือบิดามารดา เพราะบิดามารดาเป็นผู้สร้างชีวิตของลูกและสร้างโลกให้แก่ลูก<sup>4</sup> นอกจากนี้ยังรวมถึงบุคคลในครอบครัว เช่น ปู่ย่าตายาย ซึ่งถือว่าเป็นบุคคลที่มีบทบาทสำคัญอย่างยิ่งต่อการอบรมเลี้ยงดูและสร้างเสริมประสบการณ์ต่าง ๆ แก่เด็ก<sup>5</sup> ให้มีการดำเนินชีวิตไปในวิถีที่ถูกต้อง โดยการพัฒนากาย พัฒนาการมีชีวิตอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคม พัฒนาจิตใจ และพัฒนาปัญญา ผ่านการรับรู้และพิจารณาเหตุผล จนเกิดความรู้ที่ถูกต้อง<sup>3</sup> เพื่อให้เด็กมีคุณภาพชีวิตที่ดี มีภูมิคุ้มกันต่อปัญหาต่าง ๆ ซึ่งการที่เด็กจะมีชีวิตดำเนินไปในวิถีทางที่ถูกต้องและดีงามได้นั้น ต้องได้รับการฝึกฝนหรือฝึกหัดจากผู้ดูแล การฝึกหัดให้เด็กปฐมวัยมีการดำเนินชีวิตที่ดี หมายถึงให้การศึกษาแก่เด็ก ทำให้เด็กเป็นอยู่ได้และเป็นอยู่ดีเมื่อสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมรอบตัว โดยการพัฒนาเด็กให้มีการใช้อินทรีย์วัตถุหรือประสาทสัมผัสทั้ง ตา หู จมูก ลิ้น กาย มาสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมอย่างเหมาะสม มีสติปัญญาทำประโยชน์ให้แก่ตนเอง ครอบครัวและสังคม และมีจิตใจที่มีคุณธรรม จริยธรรม เพื่อให้ดำรงชีวิตร่วมกับผู้อื่นในสังคมอย่างมีความสุข<sup>5,6</sup> ผู้ดูแลควรให้เด็กได้เริ่มต้นฝึกหัดและเรียนรู้ถึงการดำเนินชีวิตที่เหมาะสมตั้งแต่เริ่มแรก โดยใช้พรหมวิหาร 4 คือ เมตตา กรุณา มุทิตา และอุเบกขาตามหลักศาสนา พุทธมาใช้ในการพัฒนาการรับรู้ ฝึกการรับรู้และเลือกสิ่งที่มีคุณค่าเป็นประโยชน์เข้ามาใช้ในการดำเนินชีวิต<sup>3</sup> รวมถึงมีจิตใจที่มีคุณธรรม จริยธรรม เป็นการส่งเสริมให้เด็กมีพัฒนาการทั้งทางร่างกาย จิตใจ สังคมอารมณ์ และจิตวิญญาณที่เหมาะสม

จากพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 ได้ให้ความหมายของการศึกษาไว้ว่า เป็นกระบวนการเรียนรู้เพื่อความเจริญงอกงามของบุคคลและสังคม โดยการถ่ายทอดความรู้ การฝึก การอบรม การสืบสานทางวัฒนธรรม การสร้างสรรค์จรรโลงความก้าวหน้าทางวิชาการ การสร้างองค์ความรู้อันเกิดจากการจัดสภาพแวดล้อม สังคม การเรียนรู้และปัจจัยเกื้อหนุนให้บุคคลเรียนรู้อย่างต่อเนื่องตลอดชีวิตดังนั้นจึงเป็นสิทธิและหน้าที่ของบิดามารดาหรือผู้ปกครองที่จะต้องจัดให้บุตรหรือบุคคลที่อยู่ในความดูแลได้รับการศึกษา ซึ่งเป็นไป

ตามมาตรา 11 ในหมวดที่ 2 เรื่องสิทธิและหน้าที่ทางการศึกษา ทั้งนี้เพื่อให้เป็นไปตามความมุ่งหมายและหลักการของการจัดการศึกษาเพื่อพัฒนาคนไทยให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ สติปัญญา ความรู้ และคุณธรรม มีจริยธรรมและวัฒนธรรมในการดำรงชีวิต สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข<sup>7</sup> การศึกษาจึงหมายถึงการฝึกฝนพัฒนาคนให้ดำเนินไปในวิถีชีวิตที่ถูกต้องดีงาม<sup>3</sup>

บิดามารดาหรือผู้ปกครองเป็นผู้มีสิทธิและหน้าที่หลักในการพัฒนาหรือให้การศึกษแก่เด็กปฐมวัย ตั้งแต่โยบายและแผนพัฒนาเด็กปฐมวัย (0-5 ปี) พ.ศ. 2546-2550 กำหนดให้ผู้มีหน้าที่ดูแลเด็กและทุกส่วนของสังคมมีส่วนในการจัดบริการและสิ่งแวดล้อมที่ดีเหมาะสมสอดคล้องกับสภาพของท้องถิ่นและเหมาะสมกับเด็กตามวัยเพื่อให้เด็กปฐมวัยได้รับการพัฒนาอย่างเต็มศักยภาพและเกิดกระบวนการเรียนรู้ที่มีคุณภาพ<sup>1,7</sup> ดังนั้นพยาบาลจึงเป็นผู้ที่มีบทบาทสำคัญในการส่งเสริมกระบวนการเรียนรู้ให้กับเด็กปฐมวัยเช่นเดียวกัน โดยการพัฒนาศักยภาพผู้ดูแลให้มีความรู้ความเข้าใจในพัฒนาการของเด็กแต่ละวัย รวมถึงแนวทางในการส่งเสริมการดำเนินชีวิตให้เด็กสามารถแสดงออกทางพฤติกรรม คือ กาย และสังคม การแสดงออกทางจิตใจ และการแสดงออกทางปัญญาอย่างเหมาะสม เพื่อพัฒนาเด็กปฐมวัยให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ สติปัญญา ความรู้ และคุณธรรม มีจริยธรรมและวัฒนธรรมในการดำรงชีวิต สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข<sup>7</sup> รวมถึงเป็นประชากรที่มีคุณภาพประโยชน์ต่อสังคมประเทศชาติต่อไป โดยใช้หลักการพัฒนาชีวิต 3 อย่าง ประกอบด้วย การพัฒนาพฤติกรรมที่รวมถึงการพัฒนา กาย และการพัฒนาด้านการมีชีวิตอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคม การพัฒนาจิตใจให้เจริญงอกงาม และการพัฒนาปัญญา<sup>3</sup> ของพระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต) เป็นแนวทางในการส่งเสริมการดำเนินชีวิตเด็กปฐมวัย ดังนี้

1. การส่งเสริมการดำเนินชีวิตด้านการพัฒนาการแสดงออกทางพฤติกรรม ประกอบด้วยการพัฒนา กาย และการพัฒนาการมีชีวิตอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคม

## 1.1 การพัฒนาทางกาย ประกอบด้วยการพัฒนาที่สำคัญ คือ

1.1.1 การทำให้ร่างกายเจริญเติบโตแข็งแรง

1.1.2 การพัฒนาทักษะ หรือฝึกการใช้งานของอวัยวะต่างๆให้มีความคล่อง ความเฉียบคม ความละเอียดอ่อน

1.1.3 การฝึกใช้อวัยวะในการรับสัมผัส เช่น ดาду หูฟัง จมูกดมกลิ่น ลิ้นรับรส กายสัมผัส ให้มีความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมเหล่านั้นอย่างถูกต้อง ในแง่การรู้จักเลือกรับเอาสิ่งที่มีคุณค่าเป็นประโยชน์เข้ามาให้แก่ชีวิต และป้องกันไม่ได้รับเอาสิ่งที่ไม่ดีหรือเป็นโทษเข้ามา<sup>3</sup>

การฝึกใช้อวัยวะในการรับสัมผัสให้มีความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม เป็นการส่งเสริมให้เด็กเรียนรู้วัตถุประสงค์ ประโยชน์ที่แท้จริง และพิษภัยของวัตถุต่างๆที่อยู่รอบตัวด้วยอวัยวะในการรับสัมผัสอย่างถูกต้อง และรู้เท่าทัน ทั้งเครื่องใช้ไม้สอย อาหารการกิน สิ่งบริโภคต่างๆ<sup>6,8</sup> เช่น เสื้อผ้าเครื่องนุ่งห่ม เทคโนโลยี วิทยุ โทรทัศน์ หรือสิ่งที่พบเห็นได้ยินได้ฟัง เช่น การกินอาหารที่ถูกต้อง มีประโยชน์และเหมาะสม จะทำให้ร่างกายแข็งแรง เจริญเติบโตมีสุขภาพดีและได้คุณภาพชีวิตที่ดี ไม่ใช่กินอาหารที่อร่อยและแพงเพื่อความโก้เก๋หรือหรูหราแต่หาประโยชน์ไม่ได้ และอาจเป็นพิษภัยต่อร่างกายด้วยการดูโทรทัศน์เพื่อความรู้อย่างผิดๆเพราะตอบสนองตามความต้องการด้วยความชอบ หรือความสนุกสนานเพียงอย่างเดียว หรือการซื้อเสื้อผ้า รองเท้า กระเป๋า สิ่งของต่างๆ ตามวัตถุประสงค์และประโยชน์เพื่อให้ได้คุณค่าทางปัญญามากกว่าค่านิยม ความชอบ ความรู้สึก ถือเป็นฝึกให้เด็กหัดคิดก่อนที่จะทำสิ่งต่างๆ ในชีวิตประจำวัน จะเป็นการพัฒนาให้เด็กมีการดำเนินชีวิตที่ดี และมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ในสังคม

1.2 การพัฒนาการมีชีวิตอยู่ร่วมกับผู้อื่น  
การพัฒนาการมีชีวิตอยู่ร่วมกับผู้อื่น เป็นการพัฒนาความสัมพันธ์ทางสังคมกับเพื่อนมนุษย์ การอยู่ร่วมกันกับผู้อื่น โดยเริ่มจากครอบครัว ญาติ

เพื่อนบ้าน ให้เป็นความสัมพันธ์ที่ดี ช่วยเหลือเกื้อกูล ไม่เบียดเบียนกัน ถือเป็นการฝึกความเคยชินเกี่ยวกับความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นในทางที่ดี ซึ่งการสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมด้านบุคคลและสังคม เช่น ความสัมพันธ์กับคน เช่น พ่อแม่ ญาติพี่น้อง เพื่อนมนุษย์ การปฏิบัติต่อกันด้วยท่าที ทัศนคติที่ดี การพูดจาที่นุ่มนวล และการสงเคราะห์ช่วยเหลือเกื้อกูล<sup>6,8</sup> คือ การส่งเสริมให้เด็กรู้จักควบคุมจัดการกับอารมณ์ตนเอง แสดงออกทางพฤติกรรมเมื่อเผชิญกับอารมณ์ต่างๆอย่างเหมาะสม มีความรับผิดชอบ ต่อหน้าที่ของตนเอง มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลอื่น มีคุณธรรม ศีลธรรม และจัดการแก้ไขปัญหาให้ลุล่วงไปอย่างสร้างสรรค์ มีการตัดสินใจบนรากฐานของความเป็นจริงด้วยการไตร่ตรองอย่างรอบคอบ<sup>9</sup> ตามวัยอย่างสมควร

## 2. การส่งเสริมการดำเนินชีวิตด้านการแสดงออกทางจิตใจ

เป็นการพัฒนาจิตใจของเด็กทั้งการพัฒนาคุณภาพจิต สมรรถภาพจิต และสุขภาพจิต<sup>3</sup> ดังนี้

2.1 การพัฒนาคุณภาพจิต เป็นการพัฒนาหรือส่งเสริมให้เด็กมีคุณธรรม มีความเมตตา กรุณา กตัญญูกตเวที มีศรัทธาต่อสิ่งที่ทำ จึงหมายถึงมีจิตใจที่ประณีตดีงาม

2.2 การพัฒนาสมรรถภาพทางจิตใจ เป็นการพัฒนาหรือส่งเสริมให้เด็กมีความสามารถ มีความเข้มแข็งทางจิตใจ เพื่อนำไปใช้ในการดำเนินชีวิต เช่น มีแรงจูงใจ ความตั้งใจ เจตนา ความเข้มแข็ง หมั่นเพียรอดทน มีสติ และสมาธิในสิ่งที่ทำ

2.3 การพัฒนาสุขภาพจิต โดยทำให้เด็กเรียนรู้อารมณ์ของตนเอง และจัดการกับอารมณ์ของตนเองได้<sup>6</sup>

## 3. การส่งเสริมการดำเนินชีวิตด้านการแสดงออกทางปัญญา

เป็นการพัฒนาให้เด็กมีความรู้ความเข้าใจ เรื่องต่างๆ ตามความเป็นจริง เพื่อให้ปัญญาเป็นสิ่งที่ช่วยทำให้เด็กสามารถปฏิบัติต่อสิ่งแวดล้อมที่มากกระตุ้นอย่างถูกต้อง เหมาะสม การเรียนรู้เกี่ยวกับเรื่องต่างๆ เช่น เรียนรู้ความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งต่างๆกับตนเอง ศึกษา

หาความรู้ มีการสืบค้นความจริง รับรู้ตามความเป็นจริง รู้จักสังเกต จดจำ รู้คิด เหตุผล และสามารถแก้ปัญหาได้ พยาบาลมีบทบาทสำคัญในการให้ความรู้แก่ผู้ดูแลในการส่งเสริมการดำเนินชีวิตของเด็กปฐมวัยเพื่อให้เด็กได้รับการพัฒนาความสามารถที่จะเป็นอยู่ทั้ง 3 ด้าน คือ พฤติกรรม จิตใจ และปัญญาให้ดีที่สุด สามารถนำไปปฏิบัติได้อย่างเป็นรูปธรรม และเหมาะกับพัฒนาการของเด็ก ดังแนวทางการส่งเสริมการดำเนินชีวิตเด็กปฐมวัย ดังนี้

### แนวทางการส่งเสริมการดำเนินชีวิตเด็กปฐมวัย

แนวทางในการส่งเสริมการดำเนินชีวิตวัยทารก วัยเดิน และวัยก่อนเรียน สามารถส่งเสริมได้ ดังนี้

1. การส่งเสริมการดำเนินชีวิตด้านการพัฒนาการแสดงออกทางพฤติกรรม ประกอบด้วย การพัฒนาการ และการพัฒนาด้านการมีชีวิตร่วมกับผู้อื่นในสังคม

1.1 การพัฒนาทางกาย ประกอบด้วย การส่งเสริมการเจริญเติบโต การพัฒนาทักษะ และการฝึกใช้วัยวัยในการรับสัมผัส หรือการพัฒนาประสาทสัมผัส ดังนี้

#### 1.1.1 การส่งเสริมการเจริญเติบโต

วัยทารก ประกอบด้วย การส่งเสริมให้ทารกมีการเจริญเติบโตและการพัฒนาการที่สมบูรณ์ โดยการดูแลให้ได้รับอาหารเป็นนมแม่ในช่วง 6 เดือนแรก หลังจากนั้นจึงเริ่มให้อาหารเสริม มีการติดตามการเจริญเติบโตของเด็กด้วยการชั่งน้ำหนักและวัดส่วนสูง ทุก 3 เดือน<sup>10</sup> พาเด็กไปรับการตรวจสุขภาพ พัฒนาการ และรับวัคซีนเพื่อสร้างภูมิคุ้มกันโรค ดูแลสุขวิทยาของร่างกาย และสุขวิทยาของช่องปากและฟัน รวมถึงรักษาความสะอาดข้าวของเครื่องใช้ ป้องกันอุบัติเหตุ และปฐมพยาบาลเบื้องต้นเมื่อเด็กไม่สบายหรือมีปัญหาสุขภาพ

วัยเดิน และวัยก่อนเรียน ส่งเสริมให้เด็กมีการเจริญเติบโตสมวัย โดยการดูแลให้ได้รับอาหารที่มีประโยชน์ครบถ้วนในรูปแบบและปริมาณที่

เหมาะสม ดูแลให้พักผ่อนนอนหลับอย่างน้อยวันละ 12-14 ชั่วโมง พาเด็กไปรับการตรวจสุขภาพ รับวัคซีน และตรวจช่องปากและฟันทุก 4-6 เดือน<sup>10</sup> รวมถึงป้องกันและดูแลเพื่อไม่ให้เกิดพฤติกรรมที่เป็นปัญหา เช่น ปัญหาการขับถ่าย ต่อต้าน เจ้าอารมณ์ ก้าวร้าว เป็นต้น

#### 1.1.2 การพัฒนาทักษะ หรือฝึกการใช้งานของวัยวัยต่าง ๆ

วัยทารก เป็นเรื่องส่งเสริมเรื่องการทรงตัวและการเคลื่อนไหว<sup>2, 10</sup> ที่ผู้ดูแลจะต้องเตรียมสถานที่ของเล่น มีการกระตุ้น ให้กำลังใจทารก ทั้งการชื่นชมด้วยคำพูด และท่าทาง ให้อิสระ พร้อมทั้งดูแลความปลอดภัย

ทารกอายุ 0-6 เดือน มีการพัฒนาการทรงตัวและการเคลื่อนไหว โดยการแขวนโมบายให้ทารกมองเห็นได้ในระยะ 8 นิ้ว เคลื่อนไหวสิ่งของให้มองตาม จับให้นอนคว่ำ หรือให้นอนหงายแล้วจับมือตั้งขึ้น<sup>11, 12, 13</sup>

ทารกอายุ 6-12 เดือน จับให้นั่ง ผลักตัวโยกเบา ๆ หรือเอาของเล่นมาจูงใจให้คลาน<sup>14</sup>

ทารกอายุ 9-12 เดือน โดยการจัดที่ให้เกาะและเหนี่ยวตัวยืน เดิน<sup>13</sup>

วัยเดินและวัยก่อนเรียน ผู้ดูแลจะต้องส่งเสริมให้เด็กฝึกการใช้กล้ามเนื้อ<sup>11</sup> ให้คล่อง เช่น การเดิน การวิ่ง การใช้ตาและมือประสานกัน ฝึกการพูดเพื่อใช้ในการสื่อสารกับผู้อื่น

#### 1.1.3 การฝึกใช้วัยวัยในการรับสัมผัสให้มีความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม

คือการพัฒนาตา หู จมูก ลิ้น และกายในการสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทั้งทางธรรมชาติ และวัตถุต่าง ๆ<sup>3</sup> เป็นการฝึกใช้วัยวัยในการรับสัมผัส เช่น ตา หู ฟัง จมูกดมกลิ่น ลิ้นรับรส กายสัมผัส ให้มีความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม รวมถึงฝึกให้เด็กรู้จักเลือกรับเอาสิ่งที่มีคุณค่าเป็นประโยชน์ และป้องกันไม่ได้รับเอาสิ่งที่ไม่ดีหรือเป็นโทษ ดังนี้

### วัยทารก

1) พัฒนาการใช้ตา ส่งเสริมให้ทารกมองสิ่งต่าง ๆ ที่อยู่รอบตัว เช่น ผู้ดูแล และสิ่งแวดล้อม ของเล่น โหมบาย หรืออื่น ๆ ด้วยการชี้บอกวัตถุหรือบุคคลประกอบการพูดถึงสิ่งหรือบุคคลเหล่านั้น<sup>13</sup>

2) พัฒนาการใช้หู ด้วยการส่งเสริมให้ได้ยินเสียงต่าง ๆ ที่อยู่ใกล้ตัวเด็ก เช่น เสียงมารดาบิดา ดนตรี สิ่งของกระทบกัน เสียงของเล่นต่าง ๆ เช่น กระดิ่ง กรุงกริ่ง กลอง ของเล่นที่บีบมีเสียง<sup>13</sup> เป็นต้น นอกจากนั้น ผู้ดูแลควรจะพูดคุยกับทารกอย่างสม่ำเสมอในขณะที่ทำกิจวัตรประจำวัน และจัดหาของเล่นที่ส่งเสริมการได้ยิน และเปิดดนตรีให้เด็กฟัง เลือกใช้เพลงดนตรีบรรเลง หรือร้องเพลงกล่อมเด็ก

3) พัฒนาการใช้จมูก ด้วยการส่งเสริมให้ทารกได้รับรู้กลิ่นของมารดาจากการที่มารดาให้ทารกดูดนมแม่ และกลิ่นของผู้ที่อยู่ใกล้ชิด เช่น บิดา ปู่ย่า ตายาย และรับรู้กลิ่นของใช้ประจำตัว เช่น แป้ง สบู่ ผู้ดูแลทารกควรมีการโอบกอด ให้การดูแลอย่างใกล้ชิด เพื่อให้ทารกได้รับรู้กลิ่นกายของผู้ดูแล และจัดหาของใช้ทารก เลือกใช้ผลิตภัณฑ์ที่ใช้กับทารก ให้มีความหอม อ่อนโยน ไม่ระคายเคืองจมูก

4) พัฒนาการใช้ลิ้น ด้วยการดูแลให้ทารกได้รับอาหาร เพื่อให้เรียนรู้การรับรสอาหารต่าง ๆ เช่น นม นมมารดา อาหารเสริมต่าง ๆ ที่เริ่มให้แต่ละชนิด ดังนั้น ผู้ดูแลจึงต้องจัดอาหารให้ทารกรับประทานตามช่วงอายุ ทั้งนม อาหารเสริม และตอบสนองด้านอาหารตามความต้องการของทารก

5) พัฒนาการใช้กายสัมผัส ด้วยการแสดงความรัก โอบกอด สัมผัสอันอ่อนโยน การดูแลในการทำกิจวัตรประจำวันต่าง ๆ นอกจากนี้ในช่วงวัยนี้ทารกจะได้รับการฉีดวัคซีน จึงต้องดูแลจิตใจทารกก่อนและหลังการได้รับวัคซีน ให้การดูแลในการทำกิจกรรมต่าง ๆ กับเด็กอย่างอ่อนโยน ให้อาหารเสริมตามความต้องการ ไม่บีบบังคับให้ทารกรับประทาน ดูแลความสะอาดของร่างกาย กระทำให้ทารกด้วยความอ่อนโยน จัดหาของเล่นเพื่อส่งเสริมพัฒนาการทารกอย่างเหมาะสม

### วัยเดินและวัยก่อนเรียน การพัฒนา

ประสาทสัมผัสให้สัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมอย่างเหมาะสม ในวัยเดินนี้ นอกจากเด็กจะได้รับการพัฒนาตา หู จมูก ลิ้น และกายในการสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมต่อเนื่องมาจากวัยทารกแล้ว ที่สำคัญอีกอย่างคือการฝึกให้เด็กรู้จักเลือกรับเอาสิ่งที่มีคุณค่าเป็นประโยชน์เข้ามาให้แก่ชีวิต และป้องกันไม่ได้รับเอาสิ่งที่ไม่ดีหรือเป็นโทษ ด้วยการบอกข้อมูลถึงประโยชน์และโทษเมื่อทำกิจกรรมต่าง ๆ รวมถึงผู้ดูแลต้องทำตัวเป็นแบบอย่างที่ดีให้เด็กเห็นด้วย<sup>13</sup> ดังนี้

1) พัฒนาการใช้ตา ส่งเสริมให้เด็กสนใจสิ่งต่าง ๆ ที่อยู่รอบตัวเด็ก เช่น สัตว์ สิ่งของในชีวิตประจำวัน ต้นไม้ และอื่น ๆ หนังสือรูปภาพ นิทานโทรทัศน์ เกมส์ต่าง ๆ เช่น เกมส์เพลง โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำหรับเด็ก

2) พัฒนาการใช้หู ให้ฟังเสียงต่าง ๆ ของสิ่งแวดล้อมในโลก เช่น พาร้อง ลมพัด สัตว์ร้อง รถต่าง ๆ ของเล่น

3) พัฒนาการใช้จมูก ด้วยการส่งเสริมให้ทารกได้กลิ่นอาหารต่าง ๆ เช่น ผลไม้ต่าง ๆ หรือสิ่งของเครื่องใช้ต่าง ๆ ทั้งกลิ่นหอม เหม็น พร้อมกับทำท่าทางประกอบให้เด็กดูด้วย<sup>13</sup>

4) พัฒนาการใช้ลิ้น ด้วยการดูแลให้การรับรสอาหารต่าง ๆ ที่มีความหลากหลาย

5) พัฒนาการใช้กายสัมผัส ด้วยการส่งเสริมให้ทำกิจวัตรประจำวันต่าง ๆ ด้วยตนเอง เช่น รับประทาน อาหาร ส่งเสริมให้มีกิจกรรมการเล่น เช่น การวาดรูป ระบายสี การฝึกหัดการขับถ่าย การดูแลความสะอาดร่างกายการป้องกันอุบัติเหตุและการเจ็บป่วย

### 1.2 การพัฒนาการมีชีวิตอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคม

วัยทารก ด้วยการส่งเสริมให้รู้จักผู้เลี้ยงดู ญาติ พี่น้อง มีการดูแลอย่างใกล้ชิด ตอบสนองความต้องการของทารกอย่างเหมาะสม

วัยเดิน และวัยก่อนเรียน ด้วยการส่งเสริมให้รู้จักคนอื่นที่นอกเหนือจากบุคคลที่อยู่ในครอบครัว เช่น ญาติ ปู่ย่า ตายาย ป้า น้า อา เพื่อน ครู หรือคนแปลกหน้า

## 2. การส่งเสริมการดำเนินชีวิตด้านการพัฒนาการแสดงออกทางจิตใจ

วัยทารก โดยการอุ้ม การพูดคุยกับทารก ส่งเสริมความรู้สึกไว้วางใจโดยการตอบสนองความต้องการของทารก มีการหยอกล้อ พูดคุย เพื่อส่งเสริมการแสดงออกถึงความสุข รวมถึงหาวิธีการช่วยให้ทารกผ่อนคลาย ด้วยการเล่น ผู้ดูแลจึงควรให้การดูแลอย่างใกล้ชิด ตอบสนองความต้องการของทารกเพื่อให้ทารกไว้วางใจ ด้วยการเลี้ยงดูให้กินอิ่ม นอนหลับ ดูแลความสะอาดปลอดภัย คอยสังเกต เพื่อให้รู้จักและเข้าใจเด็ก ให้ความอบอุ่นทั้งร่างกายและจิตใจ ดูแลอย่างสม่ำเสมอ ให้ความความมั่นคง มีรูปแบบประจำในการดำเนินชีวิตให้ทารกสามารถคาดเดาทำนายสิ่งที่จะเกิดในลำดับต่อไป<sup>9</sup> ให้ความรัก ความรับผิดชอบในการดูแล ให้เกิดความสัมพันธ์ที่ดี ผู้ดูแลต้องใช้เวลา ดูแลเอาใจใส่ กอดสัมผัสด้วยความอ่อนโยน เล่นกับเด็ก พูดคุยโต้ตอบ อย่างเหมาะสม<sup>14,15</sup>

วัยเดิน และวัยก่อนเรียน โดยการส่งเสริมให้เด็กแสดงความรู้สึกต่อสิ่งแวดล้อม เพื่อให้รับรู้ถึงความรู้สึกของตนเอง ผ่านการดู การฟัง การดมกลิ่น การลิ้มรส การสัมผัส<sup>9</sup> เช่น อยากหรือไม่อยาก ชอบหรือไม่ชอบ ตั้งใจหรือไม่ตั้งใจ ความรู้สึกที่มีต่อพ่อแม่ เช่น รัก เบิกบาน สดชื่นหรือความรู้สึกกลัวคนแปลกหน้า ส่งเสริมให้เด็กฝึกหัดควบคุมอารมณ์ต่างๆ ผ่านกิจกรรมการเล่น

## 3. การส่งเสริมการดำเนินชีวิตด้านการพัฒนาการแสดงออกทางปัญญา

วัยทารก ให้เด็กได้เรียนรู้สิ่งแวดล้อมรอบตัว ส่งเสริมการเรียนรู้ทางสติปัญญา เช่น การเล่นเกม ใช้ประสาทสัมผัสทั้ง ตา หู จมูก ลิ้น กายสัมผัส การใช้จังหวะการพูดคุย และจังหวะดนตรี จัดหากลิ่นที่แตกต่างกันมาให้เด็กได้ดมกลิ่น เรียนรู้กับรสชาติที่หลากหลายของอาหารแต่ละชนิด เช่น ข้าว กล้วย ไข่ เนื้อสัตว์ ผัก ผลไม้ต่างๆ ฝึกให้เรียนรู้กิจวัตรประจำวัน ดูแลความสะอาด การรับสัมผัสจากมือผู้ดูแลเมื่อมีการนวดสัมผัส ซึ่งเป็นภาระกระตุ้นประสาทการรับรู้ของทารก

วัยเดิน และวัยก่อนเรียน ให้เด็กได้เรียนรู้สิ่งต่างๆ ผ่านประสาทสัมผัสทั้ง 5 เช่น ดูหรืออ่านเพื่ออะไร เห็นภาพ สี รูปร่างอะไร รู้เรื่องอย่างไร รู้ถึงความสัมพันธ์ของภาพอย่างไร สิ่งต่างๆ ที่อยู่รอบตัวมีประโยชน์อย่างไร ส่งเสริมการเรียนรู้ ส่งเสริมจินตนาการโดยการถามคำถามเด็กว่าบุคคลที่พบ หรือเจอเป็นใคร ต้องปฏิบัติอย่างไรต่อบุคคลที่พบเจอ ดังนั้นผู้ดูแลจึงต้องอยู่กับเด็กมีส่วนร่วม คอยชี้แนะให้เด็กเข้าใจ หรือกระทำเป็นตัวอย่าง รวมถึงมีการส่งเสริมพัฒนาการด้านภาษา การบอกให้เด็กรู้ และเข้าใจความหมายของสิ่งต่างๆ รอบตัว สำหรับเด็กวัยก่อนเรียนซึ่งเป็นวัยที่ต่อเนื่องมาจากวัยเดินถึงแม้แนวทางการส่งเสริมการดำเนินชีวิตจะมีแนวทางเช่นเดียวกันกับเด็กวัยเดิน แต่ผู้ดูแลต้องเข้าใจธรรมชาติของเด็กวัยก่อนเรียนด้วยว่าเป็นวัยที่มีอัตราการเจริญเติบโตช้าลง รูปร่างเปลี่ยนแปลง ช่วยเหลือตนเองได้มากขึ้น รักสนุก ช่างซักถาม ลองผิดลองถูก รู้จักอารมณ์ตนเอง และมักแสดงความรู้สึกออกมาโดยตรง ต้องการอิสระ เริ่มฝึกทักษะการปรับตัวเข้าสังคม เริ่มคบเพื่อน เป็นวัยแห่งการสำรวจ นำรักนำชัง และวัยแห่งจินตนาการ ซึ่งผู้ดูแลควรสนับสนุนให้เด็กทำอะไรด้วยตนเองและมีความสำเร็จในงานที่ทำ ส่งเสริมเรื่องการพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ที่จะทำให้เกิดปัญญา และการพัฒนาเอกลักษณ์ทางเพศทั้งการแสดงออกทางพฤติกรรม และจิตใจ ซึ่งถือว่าเป็นพัฒนาการของผู้ดูแลโดยตรง ขณะเดียวกันต้องจำกัดพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมเพื่อไม่ให้พฤติกรรมดังกล่าวเกิดต่อเนื่องไปถึงวัยต่อไปด้วย

การส่งเสริมการดำเนินชีวิตของเด็กปฐมวัยต้องสอดคล้องทั้งการพัฒนาพฤติกรรมที่เป็นการพัฒนาทางกายคือทำให้ร่างกายเจริญเติบโต พัฒนาทักษะ และฝึกใช้วัยวัยในการรับสัมผัส รวมถึงฝึกการมีชีวิตร่วมกับผู้อื่นในสังคม การพัฒนาจิตใจให้เจริญงอกงาม และการพัฒนาปัญญาอย่างเหมาะสม จะต้องอาศัยผู้ดูแลให้การอบรมเลี้ยงดู และส่งเสริม โดยการให้การศึกษแก่เด็ก เพื่อพัฒนาความสามารถที่จะเป็นอยู่ทั้ง 3 ด้าน คือ พฤติกรรม จิตใจ และปัญญาให้ดีที่สุด ดังนั้นผู้ดูแลจึงต้องรู้บทบาทของตนเองในการส่งเสริมความเป็นมนุษย์ให้กับ

เด็ก ด้วยการเลี้ยงดูที่ประกอบด้วยความรู้สึกของการอยู่ร่วมในสังคม คือความรัก ความเอาใจใส่ต่อเด็ก ให้ความรู้ และความเป็นชีวิตตามกฎธรรมชาติด้วยพรหมวิหาร 4 เพื่อที่จะทำให้เด็กปฐมวัยสามารถดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข มีคุณภาพชีวิตที่ดีต่อไป

### บทบาทของผู้ดูแลในการส่งเสริมการดำเนินชีวิตเด็กปฐมวัย

การพัฒนาศักยภาพของผู้ดูแลในการส่งเสริมการดำเนินชีวิตเด็กปฐมวัย เพื่อให้เกิดความเป็นมนุษย์ให้กับเด็กทั้ง 3 ด้าน คือ พฤติกรรม จิตใจ และปัญญาให้ดีที่สุดนั้น จำเป็นที่ผู้ดูแลจะต้องมีบทบาทที่เหมาะสมในการอบรมเลี้ยงดูที่ประกอบด้วยความรู้สึก คือการให้ความรัก ความเอาใจใส่ซึ่งเป็นการส่งเสริมการดำเนินชีวิตด้านความเป็นอยู่ร่วมในสังคม และการให้ความรู้ หรือดูแลด้านความเป็นชีวิตตามกฎธรรมชาติ เพื่อให้รู้เหตุและผลในการปฏิบัติ รู้จักเป็นอยู่ให้ถูกต้อง และสามารถรับผิดชอบชีวิตของตนเองได้<sup>๒</sup> ด้วยการใช่วิถีธรรมที่สำคัญคือ พรหมวิหาร 4 ซึ่งประกอบด้วย เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา เพื่อให้เด็กสามารถมีการดำเนินชีวิตที่ดี และมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ในสังคม ดังนี้

#### 1. ส่งเสริมด้านความรู้สึก หรือความเป็นบุคคลอยู่ร่วมในสังคม ใช้หลักเมตตา กรุณา มุทิตา

ผู้ดูแลเด็กโดยส่วนใหญ่มักเป็นพ่อแม่ ปู่ย่า ตายาย ซึ่งมีความรู้สึกในทางที่ดีต่อเด็ก คือ มีความรัก ความเมตตา ความปรารถนาดี<sup>๓</sup> มีความเอาใจใส่<sup>๔</sup> คอยดูแลเด็กเสมอ โดยเฉพาะถ้าเป็นเด็กเล็ก มักจะคอยดูแลอย่างใกล้ชิด ตอบสนองความต้องการของเด็กทั้งร่างกาย ทั้งการกิน การขับถ่าย การเล่น และอื่นๆ รวมถึงมีความกรุณา สงสารอยากให้พ้นทุกข์ คอยช่วยแก้ปัญหา หรือดูแลให้หายจากความทุกข์<sup>๕</sup> เช่น เมื่อเด็กไม่สบายก็จะคอยดูแลช่วยเหลือให้หายจากความไม่สบายต่างๆ นอกจากนี้ยังมีมุทิตา คือยินดีเมื่อเด็กประสบความสุข ความสำเร็จ เมื่อเด็กทำอะไรได้ก็จะชื่นชมยินดีแล้วส่งเสริมให้ดียิ่งขึ้น โดยไม่หวังสิ่งใดตอบแทน ซึ่งทั้ง 3 อย่างคือ เมตตา กรุณา และมุทิตา นี้เป็นความรู้สึกที่ดีทำให้ชีวิตความสัมพันธ์ระหว่างพ่อ-แม่-ลูก รวมถึง

ผู้ดูแลอื่นในครอบครัว เช่น ปู่ย่า ตายาย มีความรัก ความผูกพัน ความอบอุ่น ความอ่อนโยน จึงเป็นความสุขที่มีให้กันระหว่างเด็กกับผู้ดูแล

#### 2. ส่งเสริมด้านความรู้ หรือด้านที่เป็นชีวิตตามกฎธรรมชาติ ใช้หลักอุเบกขา

การส่งเสริมด้านความรู้ หรือด้านที่อยู่กับความเป็นจริงซึ่งเป็นไปตามกฎธรรมชาติ<sup>๓</sup> โดยเริ่มจากร่างกายของตนเองที่ต้องกินอาหาร นอนหลับพักผ่อน ขับถ่าย กระทำกิจกรรมต่างๆในชีวิตประจำวัน ถ้าเด็กสามารถกระทำอย่างถูกต้องก็จะมีสุขภาพดี ไม่เจ็บป่วย มีการดำเนินชีวิตอย่างปกติสุข แต่ถ้ากินอยู่อย่างไม่ถูกต้องก็จะทำให้เสียสุขภาพ หรือเจ็บป่วยได้ ดังนั้นเด็กจะต้องได้รับการเตรียมความพร้อมในการกินอยู่อย่างถูกต้อง มีความรู้ความสามารถเป็นของตนเอง และสามารถรับผิดชอบชีวิตของตนเองได้<sup>๖</sup> ซึ่งการส่งเสริมด้านความรู้นี้ ผู้ดูแลควรส่งเสริมหรือเปิดโอกาสให้เด็กได้ฝึกหัดทำกิจกรรมต่างๆด้วยตนเอง แล้วผู้ดูแลช่วยเกื้อหนุน เป็นที่ปรึกษา ให้คำชี้แนะ หรือช่วยเหลือเมื่อเด็กมีปัญหา นั้นหมายถึงการใช้ปัญญาสร้างปัญญาให้กับเด็กได้รู้จักรับผิดชอบต่อตนเอง การส่งเสริมด้านนี้จะช่วยให้เด็กรู้จักรับผิดชอบ มีความเข้มแข็ง เติบโตออกไปอยู่ในสังคมได้

ดังนั้นการส่งเสริมการดำเนินชีวิตเด็กปฐมวัย ผู้ดูแลควรมีบทบาทในการส่งเสริมให้สมดุลทั้งทางด้านความรู้สึก คือการให้ความรัก ความเมตตา กรุณา ยินดีเมื่อเด็กทำได้ หรือมีความสุข และส่งเสริมด้านความรู้ให้สามารถกระทำสิ่งต่างๆ และรับผิดชอบต่อตนเองได้ เพื่อให้เด็กมีความเป็นอยู่อย่างพอดี ไม่เป็นเด็กที่แข่งกระด้าง ไม่มีน้ำใจ ไม่รู้จักเห็นใจใคร หรือคิดแก่แค้น<sup>๒</sup>

การส่งเสริมการดำเนินชีวิตเด็กปฐมวัย มีความสำคัญในการวางรากฐานให้เด็กปฐมวัยได้รับการพัฒนาความสามารถที่จะเป็นอยู่ได้ และเป็นอยู่ดีใน 3 ด้าน ประกอบด้วยด้านการแสดงออกทางพฤติกรรม คือ การพัฒนาทางร่างกาย รวมถึงการมีชีวิตสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม ด้านการแสดงออกทางจิตใจ และด้านการแสดงออกทางปัญญาอย่างสมดุลท่ามกลางสิ่งแวดล้อม และที่สำคัญผู้ดูแลต้องเลี้ยงดูโดยใช้พรหมวิหาร 4 ด้วย

ความรู้สึกที่ประกอบด้วยความรัก ความเมตตา กรุณา และมุทิตามาช่วยหล่อหลอมให้เด็กมีจิตใจที่อ่อนโยน เอื้อเพื่อเกื้อหนุนต่อผู้อื่นเป็น นอกจากนี้ยังต้องใช้ อูเบกขาในการให้ความรู้กับเด็กเพื่อให้สามารถเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ รอบตัวอย่างมีเหตุผล และปฏิบัติกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อตนเอง ครอบครัว สังคม ทั้งหมดนี้เพื่อที่จะช่วยให้เด็กมีพื้นฐานในการดำเนินชีวิตที่เหมาะสม สามารถรับผิดชอบตนเองได้

### เอกสารอ้างอิง

- ขวัญฟ้า รังสิยานนท์. *การพัฒนารูปแบบการจัดกระบวนการเรียนรู้แนวพุทธสำหรับเด็กปฐมวัย* [ดุชนิพนธ์ปริญญาปรัชญาดุษฎีบัณฑิต (สังคมวิทยา)]. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยรามคำแหง; 2552.
- พรรณิ แสงชูโต. *การประเมิน และกระตุ้นพัฒนาการเด็กวัยแรกเกิด-5 ปี*. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว; 2545.
- พระธรรมปิฎก (ป. อ. ปยุตโต). *ธรรมกับการพัฒนาชีวิต*. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: บริษัทสหธรรมิก จำกัด; 2539.
- พระธรรมปิฎก (ป. อ. ปยุตโต). *พัฒนาคุณภาพชีวิตด้วยจิตวิญญาณแบบยั่งยืน*. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: บริษัทสหธรรมิก จำกัด; 2543.
- สุพรรณิ สุ่มเล็ก จินตนา ตั้งวรวงศ์ชัย นิลาวรรณ ฉันทะปรีดา เกื้อพันธ์ กลั่นการดี. การถอดบทเรียนศูนย์เด็กเล็กต้นแบบ ในสถาบันการศึกษาพยาบาล : ศูนย์สาธิตการพัฒนาเด็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น. วารสารพยาบาลศาสตร์และสุขภาพ 2554; 34(4): 1-11.
- พระธรรมปิฎก (ป. อ. ปยุตโต). *คู่มือชีวิต*. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ: บริษัท ศิริชัยการพิมพ์; 2547.
- สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ สำนักนายกรัฐมนตรี. *พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542*. ม.ป.ท.: บริษัทพริกหวานกราฟฟิค จำกัด; ม.ป.ป..
- พระธรรมปิฎก (ป. อ. ปยุตโต). *พัฒนาการแบบองค์รวมของเด็กไทย*. ม.ป.ท.: ธรรมสภา: โรงพิมพ์พระพุทธศาสนา; 2547.
- วันเพ็ญ บุญประกอบ. การพัฒนาอารมณ์และสังคม. ใน สำหรับ จิตตินันท์ ลัดดา เหมาะสุวรรณ, บรรณาธิการ. *แนะแนวการอบรมเลี้ยงดูเด็กจากแรกเกิดถึง 5 ปี*. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์กรุงเทพเวชสาร; 2548. หน้า 215-228.
- สมศักดิ์ ภัทรกุลวณิช, นิพรรณพร วรมงคล, สุขจริง ว่องเดชากุล, อัจฉรีย์ แขวงโสภา, นฤมลปัญญาจร, บรรณาธิการ. *คู่มือพ่อแม่ สำหรับการอบรมเลี้ยงดูเด็กแรกเกิด-5 ปี*. ม.ป.ท.: องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึกในพระบรมราชูปถัมภ์; 2551.
- นิชรา เรื่องดารกานนท์, ชาครียา อีร์เนตร, รวีวรรณ รุ่งไพรวลัย, ทิพวรรณ ทรราชคุณาศัย, นิตยา คชภักดี, บรรณาธิการ. *ตำราพัฒนาการและพฤติกรรมเด็ก*. กรุงเทพฯ: บริษัทโฮลิสติก พับลิชชิ่ง จำกัด; 2551.
- พรรณิ แสงชูโต. *การกระตุ้นพัฒนาการ*. ม.ป.ท.: ม.ป.พ.; 2546.
- สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. *คู่มือประเมินและส่งเสริมพัฒนาการเด็กปฐมวัย*. พิมพ์ครั้งที่ 2. มปท.: องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึกในพระบรมราชูปถัมภ์; 2551.
- พัชรี วรกิจพูนผล พิมพ์ภาภรณ์ กลั่นกลิ่น กรกฏ เห็นแสงวิไล อาทิตย์ พวงมะลิ. ผลของโปรแกรมอบรมเรื่อง การนวดทารกต่อความรู้การนวดของผู้ดูแลเด็ก. วารสารพยาบาลศาสตร์และสุขภาพ 2552; 32(3): 59-68.
- ปิยะนันท์ โพธิชัย พัชราภรณ์ เจนใจวิทย์. โปรแกรมส่งเสริมปฏิสัมพันธ์ของครอบครัวที่มีบุตรทารกคนแรก. วารสารพยาบาลศาสตร์และสุขภาพ 2555; 35(1): 18-27.