

เพลงกล่อมเด็กสื่อรักกระตุ้นพัฒนาการลูกได้

โพสต์เมื่อ ก.พ. 23, โพสต์โดย [แม่น้องกานต์](#) หมวดหมู่ [การเลี้ยงลูก](#)

```
(function() { var po = document.createElement('script'); po.type = 'text/javascript'; po.async = true; po.src = 'https://apis.google.com/js/plusone.js'; var s = document.getElementsByTagName('script')[0]; s.parentNode.insertBefore(po, s); })(); (adsbygoogle = window.adsbygoogle || []).push({ google_ad_client: "ca-pub-8026950304384140", enable_page_level_ads: true });
```

ใครยังร้องเพลงกล่อมลูกเวลานอนยกมือขึ้น ไปเจอบทความของ นพ.อุดม เพชรสังหาร อธิบายถึงประโยชน์ที่เด็กได้จากการฟังเสียงแม่อ่านเพลงกล่อมนอนแล้ว ก็รู้ว่าเราถูกทางเลยต้องรีบมาบอกต่อค่ะ

อ้อร้องเพลงกล่อมเด็กกล่อมให้ลูกนอนมาตั้งแต่เล็ก จนตอนนี้ 9 ขวบแล้วยังขอให้แม่อ่านอยู่เลย ไม่ได้กล่อมกันทุกคืนเหมือนสมัยเบบี๋หรอกนะคะ บางคืนก็เล่านิทาน บางคืนแม่เหนื่อยคิดนิทานไม่ออก ลูกก็จะขอให้ร้องกล่อมแทนเพราะมันง่ายกว่ามาก ก็ร้องมาหลายปีจนรู้สึกเหมือนกันว่าพอเราอ่านปากมันก็ออกมาเองไม่ต้องใช้สมองคิดเลย บางทีเคลิ้มหลับไปด้วยร้องไปด้วย..ชั้นเทพไหมละคะ.. อออิ

เพลงกล่อมที่ร้องส่วนใหญ่ก็เป็นเพลงที่เคยฟังแม่อ่านเรตอนเป็นเด็กทั้งนั้น น่าแปลกไหมคะมันบันทึกอยู่ในส่วนลึกของความทรงจำมาตั้งแต่ 30 ปี แม่ไม่เคยสอน ไม่เคยจดเนื้อร้องให้ท่องเลย แต่พอเรามีลูกเราอยากกล่อมเขาสมองมันก็ซุดเอาเพลงเหล่านั้นขึ้นมาได้ เนื้อร้องอาจไม่ตรงเป๊ะตามตำราเพลงกล่อมลูกที่ไหน แต่อ้อก็ร้อง copy ตามคำที่แม่เคยกล่อมเรามาแบบนั้นมันคุ้นเคยมากกว่า เช่น เพลงกาเหว่า, เพลงนกขมิ้นเหลืองอ่อน, เพลงแม่ไก่, เพลงจันทร์เจ้า ส่วนเพลงใหม่ที่คิดร้องเองก็มีเพลงบัวขาว กับ นิทานหมีห้อย

เพื่อนๆละคะใช้เพลงอะไรร้องกล่อมลูกกันบ้างคะ?

ในขณะที่อ้อร้องกล่อมลูกในใจจะต้องนึกย้อนกลับไปถึงตอนที่แม่อ่านเรสองพี่น้องนอนทุกครั้ง แถมมีตบกันด้วยนะ (ตอนนี้รู้แล้วว่ามันเหมือนเค้าน่ากลัวกว่าลูกซะอีก 🤨) นี่คงเป็นข้อพิสูจน์เล็กๆส่วนหนึ่งที่แสดงให้เห็นว่าความอบอุ่นความสุขใจในขณะที่ย่านพั้งแม่อ่านกล่อมมันฝังลึกยาวนานในใจลูกตลอดไป

สำหรับประโยชน์ของบทเพลงกล่อมลูกนั้นในด้านที่ช่วยสืบสานภูมิปัญญา บรรยายวิธีชีวิตอะไรทำนองนั้น เราพ่อแม่รุ่นใหม่คงไม่มีใคร

จะสนใจเท่าไร แต่ถ้าบอกว่ามีผลวิจัยอะไรที่ช่วยพัฒนาลูกได้ละก็ตาโตเลย..จริงมั๊ยคะ

ถ้าฉันอย่ารอช้าเรามาอ่านบทสัมภาษณ์คุณหมอกันดีกว่าค่ะ

โดย: นพ.อุดม เพชรสังหาร

โกเอ๋ยโกเอื่อน ชันเือนทั้งบ้าน
ลูกสาวซี้คร้าน นอนให้แม่ปลุก
ฉวยไม้ด้ามขวาน แยกแวนดังปลุก
นอนให้แม่ปลุก ลูกสาวซี้คร้านเอย

ใครที่เป็นคนได้ น่าจะรู้จักเพลงกล่อมลูกบทนี้ดี บางคนพอได้ยินเพลงนี้ ภาพความทรงจำในวัยเด็ก ตอนที่แม่ร้องเพลงนี้กล่อมนอน อาจผุดขึ้นมาในหัวความคิดคำนึงด้วยความรู้สึกที่เป็นสุขแต่บางคน ก็อาจรู้สึกเฉยๆ อะไรคือเหตุของความแตกต่าง

ผมไปทำงานที่นครศรีธรรมราช ได้พบกับผู้เฒ่าผู้แก่หลายคน ได้พูดคุยกันถึงเรื่องเพลงกล่อมลูกและประโยชน์ของมัน คนเฒ่าคนแก่ที่ได้พูดคุยด้วย ต่างก็ยืนยันว่าเพลงกล่อมลูกมีประโยชน์ มันช่วยให้ลูกหลับได้เร็ว พ่อแม่จะได้มีเวลาไปทำงานอย่างอื่น มันช่วยสอนลูกหลานให้เป็นคนดี มันคือการรักษาประเพณีที่มีมาแต่โบราณ นี่คือการอธิบายที่กลั่นมาจากประสบการณ์ของพวกเขา

ถ้าเทียบกับคนรุ่นปู่ย่าแล้วพ่อแม่หนุ่มสาวหลายคนกลับพบว่าพวกเขาเฉยๆ กับเรื่องนี้สำหรับพวกเขาจะมีเพลงกล่อมลูกหรือไม่ ไม่สำคัญจะไปตำหนิพ่อแม่รุ่นใหม่ว่าไม่รู้จักรักของดีก็คงไม่ถูก เพราะคนรุ่นนี้ต้องการคำอธิบายที่มากกว่าคำว่ามัน มันเป็นเรื่องที่ทำการมาตั้งแต่ปู่ย่าตายาย พวกเขาต้องการคำอธิบายที่มีหลักฐานยืนยัน ไม่ใช่แค่เพียงคำเล่าขาน

สถาบันวิจัยภาษาและวัฒนธรรม มหาวิทยาลัยมหิดล ได้จัดประกวดเพลงกล่อมลูกเป็นประจำทุกปีมากกว่าสองทศวรรษแล้ว ปีนี้ก็เพิ่งประกาศผลการประกวดไป แต่พ่อแม่รุ่นใหม่ส่วนใหญ่มักก็ยังมองไม่เห็นคุณค่า ของเพลงกล่อมลูก เหมือนกับที่คนรุ่นเก่ามอง

ในต่างประเทศก็ได้มีการค้นคว้าวิจัยกันค่อนข้างเยอะ มหาวิทยาลัยฮาร์วาร์ด ในสหรัฐอเมริกา มหาวิทยาลัยแม็คกิล ในแคนาดา มหาวิทยาลัยออซุส ในเดนมาร์ก ถึงกับมีการตั้งศูนย์วิจัยเพื่อทำการศึกษาว่าดนตรี สมอง และความสามารถในด้านต่างๆ ของมนุษย์ว่ามันเกี่ยวข้องกันอย่างไร และจะนำมาใช้ประโยชน์เพื่อพัฒนามนุษย์ได้อย่างไร ทีมนักวิจัยของเขาก็มีทั้งหมอ นักดนตรี นักจิตวิทยา และอีก

หลายๆ สาขาอาชีพมาร่วมกันทำงาน เพราะการศึกษาวิจัยเพื่อค้นหาคำตอบใหม่ๆ นั้น จำเป็นต้องอาศัยความรู้หลายๆ แขนงประกอบกัน

ความรู้เท่าที่ได้มีการค้นพบแล้วนั้นเขาพบว่าเพลงกล่อมลูกนั้นสร้างคุณประโยชน์ให้กับเด็กได้มากมายเลยทีเดียว

เพลงกล่อมลูก ช่วยกระตุ้นพัฒนาการของการได้ยินให้กับทารกในครรภ์ เพราะเสียงเพลงจากแม่สามารถถ่ายทอดไปยังลูกได้โดยตรงตั้งแต่เด็กยังอยู่ในท้องแม่ ความสูงต่ำของทำนองเพลงจะกระตุ้นให้เซลล์สมองที่ทำหน้าที่รับเสียงในแต่ละย่านความถี่มีการพัฒนาการที่ดีขึ้น ทำให้เด็กมีความสามารถในการแยกแยะความสูงต่ำของเสียงได้ นี่คือการรากฐานของพัฒนาการด้านภาษา

ภาษาไทยเป็นภาษาที่มีเสียงสูงต่ำ จำเป็นต้องใช้ความสามารถแบบนี้มาก ไม่งั้นเราจะแยก “พี่” ออกจาก “ผี” ไม่ได้

เพลงกล่อมลูก ช่วย “สื่อความรัก” จากแม่ไปสู่ลูก ท่วงทำนอง และน้ำเสียงที่อ่อนโยนของเพลงกล่อมลูกคือ “สาร” ที่จะ “สื่อ” ไปยังลูกว่า พ่อแม่รักลูกแค่ไหน ความรู้สึกว่าตนเองเป็นที่รักของพ่อแม่คือพลังที่จะทำให้เด็กเติบโตทั้งร่างกายและจิตใจ การค้นพบเซลล์กระจกเงา การค้นพบความเปลี่ยนแปลงของสารเคมีหลายอย่างในสมองของเด็ก คือหลักฐานที่ยืนยันว่าสิ่งเหล่านี้เกิดขึ้นจริง

เพลงกล่อมลูก ช่วยถ่ายทอดคุณค่าที่สั่งมาจากพ่อแม่ไปสู่ลูก เนื้อหาที่เป็นคำสอน ที่แสดงถึงคุณค่าของชีวิตที่ดี หากถูกเรียบเรียงด้วยถ้อยคำที่แสดงออกถึงการกระทำ จะกระตุ้นให้เซลล์กระจกเงาในสมองของเด็กทำงาน และนั่นหมายความว่าเด็กจะซึมซับและนำเอาบทเรียนนี้ไปปฏิบัติเมื่อถึงเวลา

ความรู้ที่มีการค้นพบใหม่เหล่านี้ล้วนยืนยันความสำคัญและคุณค่าของเพลงกล่อมลูก แต่เรายังไม่ได้นำความรู้เหล่านี้มาใช้ประโยชน์เท่าที่ควร จึงไม่แปลกที่คนรุ่นใหม่ซึ่งต้องการคำอธิบายที่มากกว่าจะมองข้ามความสำคัญของสิ่งเหล่านี้ไป

ผมก็รู้เหมือนกันว่าใครควรจะทำหน้าที่นี้ แต่สำหรับตัวเองก็ขอทำเท่าที่ตนเองจะสามารถทำได้ คือการเล่าให้ฟัง เผื่อว่าจะมีใครที่เกี่ยวข้องเกิดความกระจำขึ้นแล้วนำไปขยายผลต่อ สังคมของเราจะได้รู้จักใช้เครื่องมือดีๆ ที่มีอยู่แล้ว พัฒนาลูกหลานของเรา แถมยังได้รักษาสິงที่เรียกว่าภูมิปัญญาของเราเอาไว้อีกด้วย

โดย MomypEDIA

แท็ก: [ประโยชน์เพลงกล่อมเด็ก](#) , [เพลงกล่อมลูกกระตุ้นพัฒนาการ](#)

[Powered by EasyBlog for Joomla!](#)