

## ไอคิว(IQ) และอีคิว(EQ) คืออะไร?

**ไอคิว(IQ) - Intelligence Quotient** หมายถึง

ความฉลาดทางเชาวน์  
ปัญญา การคิด การใช้  
เหตุผล การคำนวณ  
การเชื่อมโยง



**อีคิว(EQ) - Emotional Quotient** หมายถึง

ความฉลาดทางอารมณ์เป็นความสามารถในการรับรู้ และ

เข้าใจอารมณ์ทั้งของตัวเอง  
และผู้อื่น ตลอดจนสามารถ  
ปรับหรือควบคุมได้อย่าง  
เหมาะสมกับสถานการณ์



เด็กในช่วง 0 – 3 ปี เป็นช่วงชีวิตที่สำคัญมาก  
ในการปลูกฝังให้ลูกเรียนรู้ เข้าใจผู้อื่น และ  
เข้าใจตนเอง พ่อแม่ต้องสร้างสิ่งแวดล้อมให้  
ลูกจังหวะ เพื่อเอื้ออำนวยกับช่วงพัฒนาการ  
ของเด็ก เพื่อให้เด็กเติบโต มีพัฒนาการอย่าง  
สวยงามและถูกต้อง

แนวคิดเรื่องไอคิวแบบดั้งเดิมนั้นจะเป็นเรื่อง  
เกี่ยวกับความจำ ความสามารถทางภาษา  
ความสามารถในการคิดวิเคราะห์ ปัจจุบันพบว่าให้  
ความสำคัญกับความฉลาดที่หลากหลาย (multiple  
IQ) เช่น ความสามารถในการมองแบบ 3 มิติ  
ความสามารถทางการแสดง ความสามารถ  
ทางการเข้าสังคม เป็นต้น

จึงมีกฎอยู่ 2 ข้อที่พ่อแม่ควรทำใจในการดูแล  
ลูก

1. คนเรามากจะมีไอคิวมากกว่า 1 ด้านเสมอ

และฉะนั้นอย่ามองข้าม  
ความสามารถของลูก  
หรือคิดว่าลูกต้องเรียน  
เก่งอย่างเดียว



2. แทบจะไม่มีเด็กคนใดเลยที่

โศคร้ายจนไม่มีไอคิวเลย  
เพียงแต่พ่อแม่อาจ  
มองข้าม ลองมองดูว่าลูก  
มีความสามารถอะไรบ้าง  
และส่งเสริมให้เขามี  
ความสามารถที่หลากหลาย



พ่อแม่ไม่ควรเน้นในเชิงวิชาการหรือเรื่อง  
ของการเรียนมากเกินไป

## อีคิวดี เริ่มที่ขวบปีแรกของชีวิต

**ช่วงตั้งครรภ์: จุดสำคัญของการพัฒนาของลูก**

สมองจะมีการพัฒนา  
ตั้งแต่เมื่อแรกเริ่มปฏิสนธิ จน  
กลายเป็นสมองที่สมบูรณ์แบบ  
เพราะฉะนั้นการดูแลครรภ์ของ  
มารดาสำคัญมากไม่ว่าจะเป็นเรื่องอาหารการกิน การ  
ดูแลเรื่องอารมณ์จิตใจของแม่ ดังนั้นคู่สามีภรรยาจึงควร  
มีความเข้าใจปรองดองกัน



**แรกเกิด: จุดสำคัญของการสร้างสายสัมพันธ์**



การมองจ้องตากับพ่อแม่  
จะเป็นช่วงเวลาที่ทองที่สร้าง  
ความสัมพันธ์ความผูกพันกับพ่อ  
แม่ และเด็กเริ่มได้ยินเสียงพ่อแม่  
แล้ว พ่อแม่จึงควรพูดด้วยคำพูด  
นุ่มนวล เหมาะสม มีเหตุผล

**3 – 4 เดือน: จุดสำคัญของการเรียนรู้โลก**



ลูกสามารถแยกแยะได้แล้ว  
ว่าใครคือพ่อแม่ มีการโต้ตอบพ่อ  
แม่ต่างกัน จึงเป็นช่วงวัยสำคัญที่จะ  
เริ่มสร้างความสัมพันธ์พ่อแม่-ลูก  
โดยมีการกระตุ้นการตอบสนอง  
โต้ตอบซึ่งกันและกัน

ดังนั้น ปฏิกริยาของแม่จึงมีอิทธิพลที่จะทำให้ลูก  
รู้สึกว่าเป็นอย่างไร จะมองโลกในแง่ดีไหม อยาก  
สื่อสารกับใครไหม และเมื่อเด็กอายุ 4 เดือน เขาจะมี  
ความผูกพันกับคนใกล้ชิด เข้าใจโลกรอบข้าง เริ่มเข้าใจ  
ตารางชีวิตประจำวัน อาบน้ำ นอน และเริ่มเรียนรู้ว่าคน  
นี้แปลกหน้า ไม่แปลกหน้า ถ้าเป็นพ่อแม่จะเล่นด้วย  
เด็กสามารถแยกแยะได้ ตอนนี้เด็กจะเริ่มพัฒนาอีคิว รู้  
เขารู้เรา รู้จักกาลเทศะ

### 8-9 เดือน: จุดสำคัญของการพัฒนาความ สามารถและลักษณะนิสัย



เด็กสามารถทิ้งของเล่นได้ สมอง  
คิดได้มากขึ้น เริ่มรู้ในแบบ 3 มิติ รู้มาก  
ขึ้น รู้จักกังวล รู้จักกลัว ที่สำคัญเด็กเริ่ม  
กลัวการพลัดพราก ซึ่งถ้าพ่อแม่เข้าใจก็  
สามารถป้องกันได้

### 1-1 ½ ปี: จุดสำคัญของการรับรู้ความสามารถ ของตัวเอง

พัฒนาการของลูกขั้นตอนนี้จะมีปัจจัย 3 ปัจจัย คือ

- ปัจจัยที่หนึ่ง คือ ปัจจัยภายในตัวของเด็กเอง พอถึง  
ช่วงจังหวะเวลาเขาก็ทำได้ เช่น ก่อนที่จะยื่นต้อง  
หัดเกาะ ประเด็นสำคัญคือ ต้องพัฒนาเด็กให้ครบ  
ทุกด้าน และต้องไม่ฝืนพัฒนาการ และไม่คาดหวัง  
ลูกจะทำได้เหมือนลูกคนอื่น

- ปัจจัยที่สอง คือ การให้ลูกได้รับรู้  
ความสามารถ ความสำเร็จของ  
ตัวเอง พ่อแม่ต้องทำให้ลูกมีความ  
มั่นใจในตัวเอง ให้โอกาสลูกรับรู้  
ความสำเร็จของตัวเอง
- ปัจจัยที่สาม คือ การส่งเสริมอย่างถูกต้องเหมาะสม  
เด็กจะทำอะไรพ่อแม่ก็ใส่ใจสนับสนุน แต่ต้องให้  
ถูกวิธี และเด็กเริ่มรู้จักเลียนแบบ เริ่มทำตามคน  
รอบข้าง ดังนั้นอยากให้ลูกเราเป็นอย่างไร พ่อแม่  
ก็ควรทำอย่างนั้น และลูกจะเป็นกระจกเงาที่ดีที่สุด



### 1 ½ ปี – 3 ปี: จุดสำคัญของการเป็นตัวของตัวเอง

ลูกจะเป็นตัวของตัวเองอย่างมาก เห็นอะไรก็คิด  
ว่าเป็นของเขาหมด หรืออยากทำอะไรด้วยตัวเอง พ่อแม่  
อาจจะต้องขอมบ้าง และเมื่อลูกทำอะไร พ่อแม่ต้องชื่น  
ชมในสิ่งที่เขาทำ แต่อย่ามากเกินไป ให้อยู่ในความพอดี  
การอบรมสั่งสอนที่ดี ฝึกให้ลูกมีระเบียบวินัย ต้องสร้าง  
จากภายในไม่ใช่ภายนอก และควรให้เด็กรู้จักเห็นใจ  
ผู้อื่น ซึ่งพ่อแม่ก็ต้องทำตัวเป็นแบบอย่างที่ดีให้เด็กด้วย



# อีคิวดี เริ่มที่ขวบปีแรก ของชีวิต



เรียบเรียงโดย ... กลุ่มงานจิตเวช

โทร. (056) 219888 ต่อ 5202

ผลิต/เผยแพร่โดย ... กลุ่มงานสุขศึกษา

โรงพยาบาลสวรรค์ประชารักษ์ จังหวัดนครสวรรค์

โทร. (056) 219888 ต่อ 5200, 9801