Bayerisches Staatsministerium für
Familie, Arbeit und Soziales

ปัจจัยแปด...
ที่ทำให้การอบรม
สั่งสอนมีพลัง

EDUCATION
MAKES YOU
STRONGER

ปัจจัยแปด...
ที่ทำให้การอบรม สั่งสอนมีพลัง

สารบัญ

การอบรมสั่งสอน คืออะไร? 6

ปัจจัยแปด ที่ทำให้การอบรมสั่งสอนมีพลัง 8

การอบรมสั่งสอน คือ ให้ความรัก 9

การอบรมสั่งสอน คือ ให้โต้เถียงทะเลาะกันได้ 10

การอบรมสั่งสอน คือ รู้จักรับฟัง 12

การอบรมสั่งสอน คือ รู้จักขอบเขต 13

การอบรมสั่งสอน คือ ให้มีอิสระเสรี 15

การอบรมสั่งสอน คือ แสดงความรู้สึก 17

การอบรมสั่งสอน คือ มีเวลาให้ 18

การอบรมสั่งสอน คือ ให้กำลังใจ 20

คำแนะนำและความช่วยเหลือ สำหรับครอบครัวที่เข้มแข็ง 22

การอบรมสั่งสอน คืออะไร?

ก่อนอื่น: การอบรมสั่งสอน ไม่ใช่เป็นหน้าที่ของพ่อแม่เท่านั้น แต่เป็นหน้าที่ของทุกคน เพราะเป็นหน้าที่ของสังคมทั้งหมด การอบรมสั่งสอนควรจะทำให้เด็ก เข้มแข็ง ในหลาย ๆ ด้าน: เพื่อกำหนดชีวิตของตนเอง เพื่อเผชิญกับการท้าทาย เพื่อมีความสัมพันธ์ เพื่ออดทนเมื่อพ่ายแพ้ เพื่อยอมรับความเห็นของผู้อื่นและอื่น ๆ อีกมากมาย จุดหมายขั้นแรก คือ เลี้ยงดูเด็ก ให้สิ่งจำเป็นในชีวิต เด็กต้องการอาหาร เสื้อผ้า ความอบอุ่นใจ และโอกาสที่จะเรียนรู้โลก ส่วนหนึ่งของการอบรมสั่งสอน คือ ให้โอกาสเด็กหญิงชายเรียนรู้ แสดงความสามารถ เด็ก ๆ จะต้องเรียนรู้มีประสบการณ์เอง ในการเติบโตต้องมีผู้คอยอยู่เคียงข้างที่มั่นคง เพื่อเด็กจะได้เข้าอยู่เป็นส่วนหนึ่งในสังคมของเรา

รอบข้างตัวเด็ก จะมีผู้เป็นตัวอย่างสำหรับเด็กมากมาย: พ่อแม่ ผู้อบรม ที่โรงเรียนอนุบาล โรงเรียน บ้านรวมเด็กหรือที่พบปะ สำหรับยุวชน ซึ่งเป็นสิ่งที่เด็กพบเห็นอยู่ทุก ๆ วัน แต่บุคคลต่าง ๆ จากสื่อมวลชนก็มีบทบาทเช่นกัน ผู้ที่สำคัญที่สุด คือ ผู้ใหญ่ที่เด็กอยู่และเติบโต ดังนั้น ความประพฤติของผู้ใหญ่ดังกล่าวมีความสำคัญเป็นพิเศษ

พ่อแม่เป็นผู้รับผิดชอบประโยชน์สุขของเด็กที่สำคัญที่สุด เพราะฉะนั้น การอบรมสั่งสอนถือว่าเป็นหน้าที่ของพ่อแม่ และขณะเดียวกันก็เป็นสิทธิของพ่อแม่ด้วย
เด็กมีสิทธิที่จะเติบโตในสภาพแวดล้อมที่ดี ผู้อบรมสั่งสอนก็มีสิทธิที่จะได้รับความช่วยเหลือจากส่วนรวมเช่นกัน

การให้การศึกษาอบรม เป็นขบวนการที่มีชีวิตชีวา น่าตื่นใจ บางครั้งอาจจะเป็นภาระหนักเหนื่อย แต่โดยที่สุดแล้ว เป็นสิ่งที่สนุก และสำคัญสำหรับสังคม หากให้การอบรมสั่งสอนอย่างใส่ใจ โลกจะได้อะไร ๆ จากเด็ก ๆ เป็นอย่างมาก และเด็ก ๆ ก็จะได้ประโยชน์จากโลกอย่างมากเช่นกัน

เพื่อที่พ่อแม่จะอบรมสั่งสอนเด็กได้ผล พ่อแม่จำเป็นต้องมี

- สภาพแวดล้อมที่ดี: ครอบครัวต้องมีที่อยู่อาศัยขนาดเพียงพอ มีงานทำมั่นคง ได้รับความช่วยเหลือด้านการเงิน มีผู้ช่วยดูแลเด็กหากจำเป็น และมีสภาพรอบข้างที่ยินดีต้อนรับครอบครัว
- รับความช่วยเหลือแบ่งเบาภาระ: พ่อแม่มีสิทธิได้รับการแบ่งเบาภาระเป็นครั้งคราว บางครั้ง ครอบครัวแต่ละครอบครัว ต่างช่วยเหลือกันได้ นอกจากนี้ ก็ยังมีเพื่อนฝูง เพื่อนร่วมงาน ญาติพี่น้อง และเพื่อนบ้านที่มีบทบาทสำคัญ ที่จะเข้าใจครอบครัว และคอยให้คำแนะนำและให้ความช่วยเหลือ หากทางครอบครัว บางครั้งเกิดหมดหนทางที่จะอบรมสั่งสอน ก็ไม่ใช่เรื่องน่าอับอาย หน่วยช่วยยุวชน หน่วยเสนอการศึกษาแก่บิดามารดา หน่วยให้คำปรึกษาสามีภรรยาและครอบครัว ยินดีที่จะให้ความช่วยเหลือ และช่วยเป็นเฉพาะราย

ปัจจัยแปด
ที่ทำให้ การอบรมสั่งสอน มีพลัง

การอบรมสั่งสอนที่ “มีพลัง” เป็นอย่างไร? ทุกวันนี้ มีนิตยสารหนังสือท่วมท้นที่มีคำแนะนำต่าง ๆ ให้พ่อแม่เลือกเอาได้ ทางเราจึงไม่ประสงค์ที่จะให้คำแนะนำในการอบรมสั่งสอนเพิ่มขึ้นอีก ทีมการรณรงค์ “มีพลังด้วยการอบรมสั่งสอน“ ได้รวบรวมแก่นในการนี้ เป็นแปดข้อ ซึ่งแสดงคุณลักษณะสำคัญ ๆ ของ “การอบรมสั่งสอนที่มีพลัง”

การอบรมสั่งสอน คือ

... ให้ความรัก
... ให้โต้เถียงทะเลาะกันได้
... รู้จักรับฟัง
... รู้จักขอบเขต
... ให้มีอิสระเสรี
... มีการแสดงความรู้สึก
... มีเวลาให้
... ให้กำลังใจ

การอบรมสั่งสอน คือ... ให้ความรัก

การให้ความรักเด็ก หมายถึง ยอมรับเด็กอย่างที่แกเป็นอยู่และแสดงให้เด็กทราบข้อนี้ เด็กและยุวชนต้องการความรู้สึกอบอุ่นใจ เพื่อที่จะวิวัฒนาการความมั่นใจในตนเอง ไม่กลัวที่จะเรียนรู้จุดแข็งและจุดอ่อนของตน แต่บางที แม่ หรือ พ่อ ไม่สามารถที่จะแสดงออกว่ารักเด็ก เพราะฉะนั้นจะทำอย่างไรเพื่อให้ความรักต่อเด็ก?

- วิธีที่ตรงไปตรงมาที่สุดที่จะแสดงความรัก ชอบพอ คือ การให้ตัวอยู่ใกล้ ๆ ให้ความอบอุ่น และสัมผัส อาจจะโอบกอด หรือเกาหลังให้เบา ๆ มองตอบเด็กด้วยสายตาที่ใจดี จดจมูกเบา ๆ หรือเคาะเบา ๆ ที่ไหล่ เด็กทุกคนจะรู้ทันทีว่า หมายความว่าอะไร

- เมื่อเด็กโตขึ้นมากเท่าไร การใช้วิธีอื่นแสดงความรักก็สำคัญมากขึ้นเท่านั้น ทีนเอจ - ชายและหญิงชอบที่จะให้โอบกอดบ้าง ถึงแม้ว่าโตขึ้นอีกหน่อยอาจจะหาคนอื่นเพื่อจูบกอดได้

- ต้องมีเวลาให้เด็ก ให้ความสนใจ และปลอบโยน พิสูจน์ให้เด็กรู้สึกได้ว่าพ่อแม่รักตนอย่างไร บอกเด็กว่าชอบและภูมิใจในตัวแก ไม่ว่าเด็กจะเก่งหรือไม่

- การให้ความรัก ไม่ได้หมายความว่าผู้ใหญ่จะขออยู่เงียบ ๆ บ้างไม่ได้ และไม่ได้หมายความว่าห้ามเด็กไม่ได้

การอบรมสั่งสอน คือ...
ให้โต้เถียงทะเลาะกันได้

การเกิดโต้เถียงกัน เกิดขึ้นได้ในทุกครอบครัว บางครั้งอาจจะดังไปบ้างนิดหน่อย มีการบอกว่า “ไม่” เพื่อทำตามจุดหมายของตน อดทน เมื่อมีเรื่องขัดกัน ยอมรับความต้องการของอีกฝ่าย พยายามทำให้เห็นด้วย ยอมตาม ประนีประนอม และกลับมาคืนดีต่อกันอีก หากเกิดทะเลาะกัน เด็กจะมีโอกาสเรียนรู้การปรับตัวเข้าสังคมที่สำคัญ การโต้เถียงทะเลาะจะต้องหัดให้ถูกต้อง เพื่อที่จะแก้ปัญหาขัดแย้ง ไม่ได้ขึ้งเครียดกันมากขึ้น เราจะต้องทำตามหลักการต่อไปนี้:

- ปกติแล้ว จะไม่มีเรื่องใดที่ห้ามพูด เด็กมีสิทธิที่จะแสดงความรู้สึกด้านไม่ดี เช่น ไม่ชอบ หรือโกรธ โดยไม่ถูกลงโทษ
- เวลาเถียงกันผู้ใหญ่ได้เปรียบกว่า เพราะฉะนั้น ผู้ใหญ่ไม่ควรทำให้เด็กเจ็บด้วยคำพูดหรือใช้กำลัง แต่จะต้องเห็นความสำคัญในปัญหาของเด็ก
- ตราบใดที่สองฝ่ายไม่ได้โกรธกัน เมื่อโต้เถียงจบแล้ว แต่ละฝ่ายก็อาจคงมีความเห็นของตน ในการนี้ ทั้งผู้ใหญ่และเด็กจะฝึกตนให้มีใจกว้างยอมรับ
- เด็ก ๆ อาจจะทะเลาะกันได้ โดยผู้ใหญ่ไม่เข้ายุ่งด้วย แต่หากว่าเด็กไม่ยุติธรรมต่อเด็กที่อ่อนแอกว่า เราก็ต้องเตือนเด็กอย่างนุ่มนวลแต่ชัดเจน ให้แกเห็นใจอีกฝ่าย

- ผู้ใหญ่ เป็นตัวอย่างที่สำคัญ ถ้าเด็กเห็นว่าเวลาผู้ใหญ่โต้เถียงกัน ผู้ใหญ่ทำโดยมีความเคารพต่อกัน เด็กก็จะเรียนรู้และทำตาม เด็กจะรู้สึกไม่สบายใจเมื่อรู้สึกว่ามีข้อขัดแย้งที่ซ่อนอยู่ในครอบครัว หรือเห็นการทะเลาะตบตี หรือมีการด่าว่าที่ทำให้เจ็บใจในครอบครัวผู้ใหญ่อาจจะอธิบายให้เด็กฟัง
ได้ว่าเถียงกันเรื่องอะไร แล้วแต่อายุของเด็กโดยไม่ต้องให้เด็กเข้าข้างใดข้างหนึ่ง
- สิ่งที่สำคัญเท่า ๆ กับการทะเลาะกันได้ก็คือ การกลับคืนดีกันได้ หากเกิดทะเลาะกันโดยหาทางออกไม่ได้ พ่อแม่ก็อาจจะช่วยให้คำปรึกษาเด็กได้ เมื่อเกิดทุ่มเถียงในครอบครัว ก่อนที่จะเข้านอนก็ควรจะกลับคืนดีกันก่อน

การอบรมสั่งสอน คือ...
รู้จักรับฟัง

การรับฟัง คือ ฟังและให้ความสนใจ เข้าพิจารณาปัญหาที่พูด เด็กที่กำลังโตเป็นผู้ใหญ่ ทุกวัน ๆ จะมีประสบการณ์ใหม่ ๆ และต้องปรับตัวให้เข้ากับสังคม จึงจำเป็นที่จะต้องพูดให้ผู้ใหญ่รับฟังเป็นพิเศษ ในชีวิตประจำวันของทุกครอบครัว ควรจะเปิดโอกาสให้มีการพูดคุยกัน อาจจะเป็นการชุมนุมสมาชิกครอบครัว หรือ ทำกันเสมอจนเป็นธรรมเนียม คือ รับประทานอาหารเย็นร่วมกัน หรือนำเด็ก ๆ เข้านอน การรับฟังอาจไม่ใช่ของง่าย แต่ก็มีสิ่งที่จะช่วยได้คือ:

- บางที เริ่มต้นไม่น่าสนใจ แต่จบประโยคอาจมีเนื้อความที่ไม่คาดหมาย เพราะฉะนั้นปล่อยให้คนอื่นพูดให้จบเสียก่อน!
- การให้ความเห็น หรือคำแนะนำนำเร็วเกินไปจะไม่ช่วยแก้ปัญหา เด็กรู้สึกว่าผู้ใหญ่จริงจังด้วย ถ้าพ่อแม่หาทางแก้ปัญหาร่วมกัน
- เพื่อที่จะไม่ให้เกิดการเข้าใจผิดกัน แรกเริ่มทีเดียวแต่ละฝ่ายควรถามว่าเข้าใจอย่างนี้ถูกหรือไม่

- การพูดจากันที่ดี ไม่ควรเหความสนใจไปที่อื่น เช่น ควรปิดโทรทัศน์ ไม่รับโทรศัพท์!
- ถ้าเด็กเล่าสิ่งที่พบเห็นมาละเอียดมากมาย เกินไป ผู้ใหญ่ก็อาจขัดจังหวะได้ เด็กที่พูดน้อย ควรจะให้กำลังใจให้พูด โดยเฉพาะอย่างยิ่ง เด็กที่เงียบผิดปกติ

การอบรมสั่งสอน คือ... รู้จักขอบเขต

สำหรับพ่อแม่หลาย ๆ คน สิ่งที่สำคัญมากที่สุด คือ สอนเด็กให้รู้จักขอบเขต โดยต้องทำอย่างเสมอต้นเสมอปลาย แต่ข้อนี้ ก็เป็นจุดท้าทายที่ใหญ่ที่สุดในการอบรมสั่งสอน เด็กและยุวชน เป็นแชมเปี้ยนแต่กำเนิด ในการทดสอบความเสมอต้นเสมอปลายและความอดทนของพ่อแม่

เด็กจำเป็นต้องรู้จักขอบเขตด้วยเหตุผลสองข้อ:

ข้อแรก เพื่อป้องกันอันตรายทั้งในและนอกบ้าน

อีกข้อคือ ข้อบังคับที่มีเหตุผลและเห็นได้ชัด ทำให้เด็กมีความมั่นใจ บางทีผู้ใหญ่อาจรู้สึกลำบากใจที่จะขัดใจเด็ก แต่สำหรับพ่อแม่และเด็ก เมื่อมองระยะยาว จะเป็นการง่ายกว่ามากที่ทราบว่าขอบเขตอยู่ที่ไหน และในการนี้ก็ควรมีกฎในการปฏิบัติ:

- ต้องวางขอบเขตให้ชัดเจน ผู้ใหญ่ต้องตริตรองแต่แรกว่า ทำไมจึงวางกฎนี้ไว้ เด็กที่โตหน่อยจะเข้าใจข้อเสนอและข้อห้ามได้ดีกว่า หากผู้ใหญ่อธิบายเหตุผลประกอบ

- หากใครวางกฎใดไว้ ก็จะต้องทำตามกฎนั้นด้วย นั่นไม่ได้หมายความว่า มาม่าหรือปาป้า ต้องเข้านอนพร้อมเด็กเมื่อเล่านิทาน “ซันด์มันน์” จบแล้ว แต่ถ้าเป็นเรื่องถูฟันเป็นประจำ พ่อแม่เป็นตัวอย่างที่ดีที่สุด

- หากใครวางกฎใดไว้ และไม่ทำตามกฎนั้นด้วย กฎก็จะไม่มีความหมาย การทำเสมอต้นเสมอปลายทำให้เกิดความไว้วางใจ และเด็กจะมีความรู้สึกว่าผู้ใหญ่จริงจังกับตน

- หากเด็กทำเกินขอบเขตที่กำหนด ผู้ใหญ่ควรจะมีปฏิกิริยาโต้ตอบที่ชัดเจน และเหมือนกัน เด็กทราบดีว่าตนทำอะไรได้หรือไม่ได้บ้าง ถ้ากฎต่าง ๆ ที่พ่อแม่ หรือบุคคลอื่น ๆ ที่ช่วยอบรมสั่งสอนตั้งไว้คล้าย ๆ กันถึงแม้ว่าจะมีวิธีการอบรมต่างกัน แต่บางทีคำพูดชัด ๆ ว่า “ไม่” หรือคำเตือนอาจยังไม่เพียงพอ ถ้าจำเป็นจะต้องใช้วิธีการอย่างอื่น จะต้องทำทันทีในสภาพที่เกิดนั้น โดยมากเด็กจะเข้าใจอย่างดีว่า “ทำโทษเพราะทำผิด”

- แต่พ่อแม่เอง ก็ต้องมีขอบเขตในการอบรมสั่งสอน สิ่งที่ต้องห้าม คือ การใช้กำลังทุกประเภท ในที่นี้ ไม่ใช่เฉพาะการตีเท่านั้น แต่หมายถึงการใช้กำลังกดขี่ด้านจิตใจด้วย เช่น ไม่แสดงท่าทางว่ารัก

- ไม่มีกฎใดที่ไม่มีข้อยกเว้น การยกเลิกกฎเพราะหมดความหมายหรือมีสภาพที่เปลี่ยนไปที่จะต้องปรับตัวให้เข้ากันไม่ถือว่า หมดการอบรมสั่งสอน เด็กและยุวชนไม่ได้หมดความนับถือกฎที่ตั้งไว้ หากเช่นว่าอนุญาตให้นอนดึกสักหน

การอบรมสั่งสอน คือ...
ให้มีอิสระเสรี

เด็กต้องการที่ว่าง ที่ตนจะสร้างสรรค์ด้วยตนเอง ตั้งแต่อายุหนึ่งขวบ เด็กต้องการที่ว่างมีอิสระของตนเองมากขึ้น เด็กจะเรียนรู้การกินอาหารเอง เข้าห้องน้ำคนเดียว แยกอยู่กับพ่อแม่เป็นระยะนานขึ้น ใช้เงินของตนให้ถูกต้อง และอื่น ๆ มากมาย ที่ว่างสำคัญมากเพื่อให้เด็กดำเนินชีวิตโดยอิสระ มีความรับผิดชอบ และกำหนดทางชีวิตด้วยตนเองด้วย เพื่อที่ว่าพ่อแม่จะตัดสินใจเลือกระหว่าง ปล่อย หรือ คุ้มกัน ได้ง่ายขึ้น ขอให้คำนึงถึงจุดต่อไปนี้:

- จะต้องมีการทดสอบที่ว่างเสียก่อน เด็กผู้หญิง เด็กผู้ชาย ที่มีส่วนร่วมในชีวิตประจำวันในครอบครัว จะได้เรียนรู้อย่างมากสำหรับชีวิตในอนาคต เด็กที่ได้สังเกตดูมาม่า ปาป้า ทำงานในบ้าน อีกหน่อยตนเองก็จะสามารถอ่านแผนที่เมือง หรือซ่อมจักรยานเองได้
- เด็กจะเรียนรู้ความเป็นอิสระเป็นก้าว ๆ เด็กประถมที่รู้จักใช้เงินติดกระเป๋าต่ออาทิตย์ ซึ่งมีจำนวนนิดหน่อย พอเป็นยุวชนก็จะรู้จักการใช้จ่ายเงินในบัญชี เงินที่พ่อแม่ให้ติดกระเป๋าต่อเดือน หรือ อาจจะเป็นเงินก้อนด้วยซ้ำ เด็กก็รู้จักจ่ายออกทางบัญชี ซื้อเครื่องเรียนและเสื้อผ้า

- ถ้าช่วยสนับสนุนเมื่อทดลองช่องว่างใหม่ ๆ เด็กจะมีความมั่นใจทำ การที่ให้เด็กมีโทรศัพท์มือถือ หรือบัตรโทรศัพท์เพื่อกรณีฉุกเฉิน จะช่วยให้เด็กอายุสิบเอ็ดปี ที่เดินทางเป็นครั้งแรก ไปหาเพื่อนหญิงที่อยู่อีกมุมเมือง ไม่ใช่เรื่องที่น่ากลัวสำหรับเด็ก และทำให้พ่อแม่ประสาทเสียน้อยลง

- ในเรื่องรสนิยม เด็กกับผู้ใหญ่ต่างสมัยกันจะไม่มีรสนิยมเหมือนกันเสมอไป ไม่ว่าจะเป็นเรื่องงานอดิเรก แฟชั่นผม หรือเพื่อนฝูง โดยทั่วไป ควรให้เด็กตัดสินใจเอง – ตราบใดที่ไม่เกินขอบเขตที่พ่อแม่กำหนดไว้ แต่ความใจกว้างยอมรับมีขอบเขตเมื่อเป็นเรื่องของประโยชน์สุขของเด็ก หากเด็กซึ่งกำลังโตเป็นผู้ใหญ่ เริ่มสูบบุหรี่ ก็ไม่เป็นการส่งเสริมวิวัฒนาการของเด็ก

- เด็กจำนวนมาก เมื่อแตกเนื้อหนุ่มสาว จะต้องการอิสระมากขึ้นทันที เด็กที่เคยว่าง่ายกลับต่อต้านข้อกำหนดของพ่อแม่ เพื่อที่ว่าจะไม่รู้สึกถูกตัดขาด เด็กผู้หญิงผู้ชายที่กำลังแตกเนื้อนี้จะต้องมีประสบการณ์ว่าไม่มีความอิสระใด ๆ ที่ไม่มีขอบเขต แต่อีกด้านหนึ่ง พ่อแม่ก็ควรช่วยเด็กให้เดินทางของตนเอง และเติบโตเป็นผู้ใหญ่

การอบรมสั่งสอน คือ...
แสดงความรู้สึก

ความรักและความยินดี โศกเศร้า ความเจ็บปวด โกรธ - ความรู้สึก เป็นส่วนหนึ่งของชีวิตครอบครัว เด็กจะแสดงความรู้สึกต่างกัน เด็กคนหนึ่งอาจจะเข้าโอบกอดเพื่อแสดงความรักชอบพอ อีกคนหนึ่ง อาจจะวาดรูปให้แก่คนที่แกรัก สำหรับเด็กเป็นสิ่งสำคัญในการวิวัฒนาการที่เด็กจะต้องรู้ถึงความรู้สึกของตนเอง รู้ว่าต้องทำอย่างไรเมื่อมีความรู้สึกนั้น ในที่นี้ สิ่งสำคัญคือ:

- ต้องให้เด็กแสดงความรู้สึกออกได้ ไม่ว่าทางด้านดีหรือด้านเสีย เด็กทุกคนมีสิทธิแสดงออกตามแบบของตน ไม่ว่าจะดัง หรือ ค่อย ที่ห้ามเด็กชายร้องไห้ ห้ามเด็กหญิงวิ่งเล่นดัง ๆ นั้น หมดสมัยไปแล้ว
- บางทีผู้ใหญ่จะเห็นว่าไม่เหมาะที่เด็กจะแสดงอารมณ์แรงออกมา ก็จะสอนเด็กได้ว่าให้สงบอารมณ์บ้าง แต่เด็กจะต้องรู้ว่าสิ่งที่ไม่เหมาะสม ไม่ใช่ความรู้สึกของเด็ก แต่เป็นวิธีแสดงออก
- เด็กต้องการให้ผู้ใหญ่เห็นความสำคัญของความรู้สึกของตน หากเกิดเหตุวิกฤติ ไม่ว่าใหญ่หรือเล็ก เด็กจะไม่สามารถทำใจได้เหมือนผู้ใหญ่บางคน ทางที่ดีที่สุด ผู้ใหญ่ควรมีปฏิกิริยาตอบโดยใจเย็น ไม่ตื่นเต้นไปด้วย

- เด็กผู้หญิงหรือผู้ชายบางคน เก็บเงียบเมื่อมีสิ่งกระเทือนใจ ถ้าเด็กเกิดเงียบหรือท่าทางเศร้าผิดปกติ พ่อแม่ต้องหาสาเหตุ แม้กับเด็กที่ไม่ค่อยชอบออกตัว จะมีผลดีกับเด็กถ้าบางครั้งบางคราวแกมีโอกาสพูดเปิดอกได้

- ในเรื่องความรู้สึกเด็กเล็กก็เรียนรู้จากผู้ใหญ่ ดังนั้น พ่อแม่ควรจะแสดงความรู้สึกให้เด็กเห็นและอธิบายความรู้สึกนั้นให้เหมาะกับวัยเด็ก ผู้ใหญ่จะทำท่าทางหลอกเด็ก ปิดความรู้สึกไม่สำเร็จ สำหรับเด็ก กลับเป็นเรื่องน่ากลัว ถ้าแกมีความรู้สึกว่ามีเรื่องผิดปกติ แต่ผู้ใหญ่ไม่บอกให้ทราบ พ่อแม่ก็ไม่ต่างกับเด็กมากนัก คือไม่สามารถระงับอารมณ์โกรธพลุ่งพรวดดังนั้น จึงสำคัญมากที่จะต้องบอก ขอโทษ การรับผิดไม่ได้เป็นการแสดงความอ่อนแอ!

การอบรมสั่งสอน คือ... มีเวลาให้

การเล่น พูดคุย อ่าน ค้นพบโลก - ถ้ากระทำกันในครอบครัว เด็กจะ เรียนรู้ได้อย่างมากสำหรับอนาคต เวลาที่ใช้ร่วมกัน ทำให้ความสัมพันธ์ ระหว่างพ่อแม่และเด็กมั่นคงขึ้น เด็กและยุวชนมากมายปรารถนาที่จะให้พ่อแม่มีเวลาให้มากขึ้น และจะทำได้ดังนี้:

- การมีเวลาให้ ไม่ได้หมายถึงว่าต้องทำกิจกรรมใดที่เสียเงินแพง ๆ ไปว่ายน้ำที่สระว่ายน้ำ เที่ยวสวนสัตว์ หรือขี่จักรยานเล่นกันทั้งครอบครัว เป็นสิ่งที่เด็กชอบมาก การเล่นอดิเรกด้วยกันเป็นโอกาสที่ดีที่ครอบครัวจะใช้เวลาว่างร่วมกัน

- โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ในชีวิตประจำวัน เด็กต้องการเวลาและความสนใจ ในการนี้ จะทำสิ่งที่มีประโยชน์และสนุกได้พร้อมกัน การทำงานบ้านร่วมกันจะเป็นของสนุกได้ หากไม่บอกว่า เป็นภาระหน้าที่ที่ต้องทำ ครอบครัวบางครอบครัว ปิด “เครื่องฆ่าเวลา” เช่น โทรทัศน์ เกมส์คอมพิวเตอร์ เป็นครั้งคราว ชั่วโมงที่ว่างนี้ทำอะไรได้หลายอย่าง ถ้ามีหัวคิดที่ดี

- พ่อแม่ ควรให้ความรักความสนใจต่อเด็ก โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อเด็กต้องการ เช่น เมื่อการบ้านยากเป็นพิเศษ หรือรถจักรยานเสีย การอ่านนิทานก่อนนอนซึ่งทำสม่ำเสมอจนเป็นพิธี อาจจะกินเวลามาก แต่สำหรับเด็ก ถือว่าเป็นสิ่งสำคัญมาก

- พ่อแม่ที่มีเวลาน้อยให้แก่ครอบครัวเนื่องจากอาชีพ ก็ไม่จำเป็นต้องมีความสำนึกผิด ที่สำคัญกว่า คือ ใช้เวลาที่มีอยู่ให้มีประโยชน์ร่วมกัน หากเวลาน้อยมาก ปู่ ย่า ตา ยาย น้า อา หรือ เพื่อน ๆ ก็อาจเข้าช่วยเป็นตัวแทนได้

การอบรมสั่งสอน คือ...
ให้กำลังใจ

เด็กที่กำลังโตเป็นผู้ใหญ่ ต้องการกำลังใจและความมั่นใจในตนเองอย่างมาก เมื่อเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ และมีหน้าที่ที่ต้องเริ่มรับผิดชอบ เด็กจะเริ่มเรียนรู้การรับผิดชอบ ปฏิบัติการให้บรรลุจุดประสงค์ของตน และไม่ยอมให้ผู้อื่นทำให้เกิดลังเลง่าย ๆ เพื่อที่เด็กจะเกิด
ความมั่นใจในตนเอง เด็กหญิงชายจะต้องมีสิ่งประกอบสองอย่าง: พอใจในสิ่งที่ตัวทำไว้ และ มีผู้อื่นยอมรับและชมเชยผลงานที่ตนทำ พ่อแม่จะให้กำลังใจเด็กได้อย่างไร?

- เด็กต้องการให้คนรักตัวของตัวเอง ไม่ใช่รักเฉพาะความสามารถของตน เด็กมีกำลังใจได้อย่างเร็ว แต่ก็อาจเกิดความไม่มั่นใจในตนเองอย่างเร็วได้เช่นกัน ดังนั้น ผู้ใหญ่จึงต้องระวังในเรื่องนี้

- ใครที่กล้าหาญมีกำลังใจ จะประสบความสำเร็จ ถ้าเด็กทดลองใด ๆ การผิดพลาดเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้ ผู้ใหญ่อย่าถือรอยขีดข่วนหรืออุบัติเหตุเล็ก ๆ เป็นเรื่องใหญ่ เด็กจะมีกำลังใจ ถ้าได้เป็นผู้รับผิดชอบในสิ่งเล็กน้อย

- เด็กต้องการคำชมเชย ไม่เฉพาะเนื่องจากความสามารถเสมอไปที่ทำให้ผู้ใหญ่ชมเด็ก หากเด็กพยายามที่จะทำให้สำเร็จ ก็ควรได้รับการชมเพราะความพยายาม แต่คำชมจะต้องให้แต่พอเหมาะ มิฉะนั้น จะไม่มีค่าหากมีผลสำเร็จที่ต้องชมจริง ๆ

- การให้ความช่วยเหลือนิดหน่อย ป้องกันให้เด็กไม่ต้องโมโหโดยไม่จำเป็น เช่น เวลาซื้อของ ผู้ใหญ่ควรเลือกเสื้อผ้าชนิดที่เด็กสวมใส่ได้เองโดยลำพัง

- ในที่นี้ ก็เช่นกัน: ผู้ใหญ่ที่ยอมรับผิดกับเด็ก ก็อนุญาตให้ทำผิดเองได้เป็นครั้งคราว

คำแนะนำ และช่วยเหลือ สำหรับครอบครัวที่เข้มแข็ง

ไม่มีผู้ใหญ่คนไหนที่ควรจะเป็น “เครื่องยนต์สั่งสอน” พ่อที่ดีสมบูรณ์แม่ที่ไม่มีข้อตำหนิ เป็นฝันร้ายของลูกมากกว่า เพราะฉะนั้น สรุปแล้วเราก็กล้าพอที่จะอยู่ในครอบครัวที่ไม่สมบูรณ์ พ่อแม่ทุกรายคงมีคราวหนึ่งคราวใดที่ถึงจุดหมดปัญญา และต้องการคนรับฟังปัญหา คนให้กำลังใจ และให้ช่วงว่าง

- ขอให้คุณยอมรับกับตนเอง เมื่อคุณหมดแรงที่จะหาทางแก้ปัญหา นั่นไม่ใช่เรื่องน่าอาย แต่เป็นก้าวที่กล้าหาญก้าวแรก

- ให้คุณพักผ่อนเป็นครั้งคราว หยุดพักหน้าที่อบรมสั่งสอนในชีวิตประจำวัน บางทีพักเพียงสองสามชั่วโมงในอาทิตย์ก็พอ – โดยไม่มีเด็ก – มีเวลาเป็นของตนเอง ไปว่ายน้ำ เรียนวิชาต่าง ๆ ในโรงเรียนผู้ใหญ่ หรือพบเพื่อนฝูง และเรื่องความสัมพันธ์กับคู่ชีวิต ก็จำเป็นต้องปรับปรุงสภาพ เพื่อให้ทั้งครอบครัวมีชีวิตชีวา

- หากคุณต้องการความช่วยเหลือ ก็ขอให้เดินเข้าหาผู้อื่น เพื่อนบ้าน ญาติพี่น้อง หรือเพื่อนฝูง หรือไม่ก็หน่วยให้คำปรึกษาซึ่งยินดีจะช่วยคุณ

เราหวังว่า การรณรงค์ “มีพลังด้วยการอบรมสั่งสอน” นี้ จะช่วยเหลือคุณได้บ้าง นอกจาก “ปัจจัยแปด ที่ทำให้การอบรมสั่งสอนมีพลัง” เราขอเพิ่มเนื้อความอีกสองข้อ คือ ขอให้ใช้สามัญสำนึกตามธรรมดา และ หยอดด้วยอารมณ์ขันสักนิด จะทำให้การอบรมสั่งสอนในชีวิตประจำวันดำเนินไปอย่างสะดวกสบาย

ลิงค์ที่มีประโยชน์ในรัฐบาวาเรีย

www.baer.bayern.de
www.elternbriefe.bayern.de
www.erziehungsberatung.bayern.de
www.familienbildung.bayern.de
www.familienhandbuch.de
www.familienstuetzpunkte.bayern.de
www.koki.bayern.de
www.stmas.bayern.de

ลิงค์ที่มีประโยชน์ในระดับสหพันธรัฐ

www.bke-elternberatung.de
www.bzga.de (ศูนย์ให้การศึกษาเรื่องสุขภาพแห่งสหพันธรัฐ)
www.familienportal.de

BAYERN. GEMEINSAM. STARK.

www.stark-durch-erziehung.de

Die Kampagne „Stark durch Erziehung“ will alle, die an der Erziehung junger Menschen beteiligt sind, unterstützen und stärken. Das Thema soll verstärkt ins Gespräch gebracht werden. Die Broschüre kann in 16 verschiedenen Fremdsprachen unter www.stark-durch-erziehung.de heruntergeladen werden. Wir danken dem Jugendamt Nürnberg für die Entwicklung des Projekts, das mit Mitteln des Staatsministeriums für Familie, Arbeit und Soziales gefördert wurde.

Dem Bayerischen Staatsministerium für für Familie, Arbeit und Soziales wurde durch die berufundfamilie gemeinnützige GmbH die erfolgreiche Durchführung des audits berufundfamilie® bescheinigt: www.beruf-und-familie.de

Wollen Sie mehr über die Arbeit der Bayerischen Staatsregierung erfahren? BAYERN DIREKT ist Ihr direkter Draht zur Bayerischen Staatsregierung. Unter Telefon 089 122220 oder per E-Mail unter direkt@bayern.de erhalten Sie Informationsmaterial und Broschüren, Auskunft zu aktuellen Themen und Internetquellen sowie Hinweise zu Behörden, zuständigen Stellen und Ansprechpartnern bei der Bayerischen Staatsregierung.

Bayerisches Staatsministerium für
Familie, Arbeit und Soziales

Winzererstr. 9, 80797 München
E-Mail: oeffentlichkeitsarbeit@stmas.bayern.de
Gestaltung: Serviceplan MAKE GmbH & Co. KG
Bildnachweis: shutterstock.com
Stand: Februar 2023
Artikelnummer: 1001 0609, Sprache: Thai

Bürgerbüro: Tel.: 089 1261-1660
E-Mail: buergerbuero@stmas.bayern.de
Web: www.stmas.bayern.de/buergerbuero

Hinweis: Diese Druckschrift wird im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit der Bayerischen Staatsregierung herausgegeben. Sie darf weder von Parteien noch von Wahlwerbern oder Wahlhelfern im Zeitraum von fünf Monaten vor einer Wahl zum Zwecke der Wahlwerbung verwendet werden. Dies gilt für Landtags-, Bundestags-, Kommunal- und Europawahlen. Missbräuchlich ist während dieser Zeit insbesondere die Verteilung auf Wahlveranstaltungen, an Informationsständen der Parteien sowie das Einlegen, Aufdrucken und Aufkleben parteipolitischer Informationen oder Werbemittel. Untersagt ist gleichfalls die Weitergabe an Dritte zum Zwecke der Wahlwerbung. Auch ohne zeitlichen Bezug zu einer bevorstehenden Wahl darf die Druckschrift nicht in einer Weise verwendet werden, die als Parteinahme der Staatsregierung zugunsten einzelner politischer Gruppen verstanden werden könnte. Den Parteien ist es gestattet, die Druckschrift zur Unterrichtung ihrer eigenen Mitglieder zu verwenden.