

สอนเด็กให้เป็นคนดี : ๑๒. เข้าใจความรู้สึกของคนอื่น (๑)ต่อต้านวัฒนธรรมแห่งความโหดร้ายรุนแรง

เขียนโดย ศ.นพ.วิจารณ์ พานิช

วันเสาร์ที่ 15 มีนาคม 2014 เวลา 00:00 น. - แก้ไขล่าสุด วันเสาร์ที่ 15 มีนาคม 2014 เวลา 11:57 น.

---

บันทึก ๑๙ ตอนนี้นำมาจากการตีความหนังสือ [Teaching Kids to Be Good People](#) : Progressive Parenting for the 21st Century เขียนโดย Annie Fox, M.Ed.

ตอนที่ ๑๒ นี้ ตีความจากบทที่ ๖ How Do You Think That Makes Him/Her Feel? Stretching Young Minds and Hearts to Empathize โดยที่ในบทที่ ๖ มี ๔ ตอน ในบันทึกที่ ๑๒จะตีความตอนที่ ๑ และ ๒ ในบันทึกที่ ๑๓จะเป็นการตีความตอนที่ ๓ และ ๔

ทั้งบทที่ ๖ ของหนังสือ เป็นเรื่องการฝึกลูก/ศิษย์ ให้รู้จักเห็นอกเห็นใจคนอื่น (empathize) ไม่ดำเนินตามวัฒนธรรมโหดร้ายทารุณที่กำลังครองโลกอยู่ในปัจจุบัน ให้คนรุ่นใหม่กล้าออกมาต่อต้านวัฒนธรรมชั่วร้ายนี้ โดยฝึกลูก/ศิษย์ ให้เข้าใจความรู้สึกของคนอื่น เพื่อสร้างความสัมพันธ์อันดีต่อกัน

ในตอนที่ ๑ เด็กที่หัวใจแตกสลาย ผู้เขียนเอ่ยถึงกรณีวัยรุ่นถูกระรานทาง อินเทอร์เน็ต จนฆ่าตัวตาย โดยที่ผู้ทำไม่คิดอะไรมาก ระรานเพื่อความสุขของตนเอง ไม่สนใจว่าจะทำให้เหยื่อเกิดความเครียดหนัก ถึงกับฆ่าตัวตาย คนเหล่านี้เอาสนุกของตนโดยไม่เห็นใจคนอื่นที่ตกเป็นเหยื่อ

จึงมีขบวนการต่อต้านวัฒนธรรมแห่งความโหดร้ายนี้ในสหรัฐอเมริกา เช่น [ที่นี่](#)

พ่อแม่/ครู ควรถามเด็ก ว่าเด็กนิยามพฤติกรรมโหดร้ายเห็นแก่ตัวอย่างไร ชวนเด็กทบทวนว่าตนเคยแสดงความโหดร้ายต่อคนอื่นเมื่อไร อย่างไร และตนเคยโดนคนอื่นแสดงความโหดร้ายอย่างไร ชวนคุยเรื่องการระรานกันทางอินเทอร์เน็ต ว่าทำไมคนเราจึงระรานกันทางอินเทอร์เน็ตได้ง่ายกว่าเมื่อเผชิญหน้ากัน ชวนคุยว่า เมื่อมีคนระรานตน เธอจะอย่างไร และเด็กมีวิธีแยกแยะระหว่างการหยอกล้อ กับการระรานอย่างไร และต้องทำความเข้าใจกับลูก/ศิษย์ ว่าความโหดร้ายรุนแรง ไม่ว่าในรูปแบบใด เป็นสิ่งที่ยอมรับไม่ได้

คำถามของหนุ่ม ๑๕ “ผมเป็นคนอ่อนไหว คนเขาว่าผมหน้าตัวเมีย เขามักบอกผมว่า อย่าพูดอย่างนั้น อย่างนั้นอย่างนั้น ผมคนไม่สนใจผมตั้งแต่ผมอายุ ๑๐ ขวบ ตอนนั้นน้องสาวอายุ ๘ ขวบ และพ่อแม่หย่ากับเธอมาก ผมรู้สึกได้จากแวตตาของเธอว่าเธอว่าเหว่ ไม่มีเพื่อนเล่นด้วย ผมรู้สึกว่าเป็นเรื่องโง่งง ที่ผมรู้สึกเจ็บปวดไปกับเธอ และไม่ยอมให้เธอต้องเผชิญชะตากรรมเหมือนผมอีก”

คำตอบของผู้เขียน “ไม่เป็นเรื่องโง่งงเลย ที่เธอรู้สึกเห็นอกเห็นใจคนอื่น แต่กลับเป็นสัญญาณของความมีเมตตากรุณาเห็นอกเห็นใจคนอื่น เธอเป็นคนมีเมตตากรุณา น้องสาวของเธอโชคดีมากที่มีพี่ชายอย่างเธอ เธอบอกว่าเธอทนไม่ไหวที่เห็นน้องสาวเศร้าสร้อย จึงอยากแค่เห็นใจ จึงทำอะไรบางอย่างเพื่อช่วยน้องสาว พูดกับพ่อแม่อย่างสงบและอย่างเคารพ ว่าเธอสังเกตเห็นอะไร เมื่อเห็นน้องสาวเหงา หรือเมื่อน้องสาวโดนพ่อแม่แสดงความโหดร้าย ก็ขอให้เข้าไปพูดคุยกับน้อง เพื่อให้เธอรู้ว่าตนยังมีพี่เป็นเพื่อน ที่เห็นอกเห็นใจและคอยช่วยเหลือทางใจ การทำหน้าที่พี่ที่น้องมองเป็นฮีโร่จะเป็นคุณแก่ตัวเธอเอง ช่วยให้เธอมีความเข้มแข็งมั่นใจตนเอง และเกิดความเข้าใจ/พร้อมที่จะยืนหยัดเป็นตัวของตัวเอง”

สอนเด็กให้เป็นคนดี : ๑๒. เข้าใจความรู้สึกของคนอื่น (๑)ต่อต้านวัฒนธรรมแห่งความโหดร้ายรุนแรง

เขียนโดย ศ.นพ.วิจารณ์ พานิช

วันเสาร์ที่ 15 มีนาคม 2014 เวลา 00:00 น. - แก้ไขล่าสุด วันเสาร์ที่ 15 มีนาคม 2014 เวลา 11:57 น.

---

ตอนที่ ๒ พ่อชั้นเลว เป็นเรื่องของพฤติกรรมของพ่อลูกที่ร้านอาหารสะดวกซื้อ ที่ผู้เขียนไปประสบ สะท้อนภาพการเลี้ยงลูกไม่เป็นของพ่อแม่ หรือร้ายกว่านั้น การที่พ่อแม่ส่งสัญญาณผิดๆ ต่อลูก ทำให้ลูกเพาะพฤติกรรมไม่ดีคือมีพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรงโดยที่ไม่ได้มีอารมณ์โกรธแต่อย่างใด ดิดตัวเป็นนิสัย

ผู้เขียนแนะนำพ่อแม่/ครู ให้ไม่เอาใจใส่พฤติกรรมไม่ดี เอาใจใส่พฤติกรรมดีและยกย่องทุกครั้งที่พบเห็น

และแนะนำให้ผู้ใหญ่ควบคุมอารมณ์เมื่อพบเห็นพฤติกรรมไม่ดีของเด็ก เพื่อจะได้ทำความเข้าใจว่าพฤติกรรมนั้นเกิดจากอะไร และการควบคุมอารมณ์โกรธเกรี้ยวนี้ จะเป็นแบบอย่างแก่เด็ก ว่าคนที่เป็นผู้ใหญ่เขาสามารถดำรงความมีเหตุผลและความเห็นอกเห็นใจ แม้จะมีคนมาทวนโมโห แต่ก็ต้องส่งสัญญาณต่อเด็กเป็น ว่าพฤติกรรมแบบไหนไม่พึงประสงค์ และเด็กต้องหยุด ไม่ใช่เมื่อเด็กเริ่มแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรง พ่อกลับยิ้มให้และแสดงท่าที่เอ็นดู อย่างที่พ่อชั้นเลวทำ จนลูกชักแรงขึ้นเรื่อยๆ พ่อก็แสดงความโมโหและทำท่าจะลงมือลงไม้ แต่ก็ไม่กล้าทำในที่สาธารณะที่มีคนจ้องมองอยู่มากมาย

ที่จริงพฤติกรรมทุกแบบของเด็ก เป็นการทดลองและเรียนรู้ของเด็กทั้งสิ้น และเป็นโอกาสที่พ่อแม่/ครู จะสอนเด็ก ให้ได้เรียนรู้วิธีเป็นคนดี ดังนั้นเมื่อเด็กทำผิด ครู/พ่อแม่ ก็ต้องบอกว่าผิด ไม่ควรทำอีก รวมทั้งหาวิธีให้เด็กได้เข้าใจเองว่าทำไมสิ่งนั้นจึงผิด และผมขอเพิ่มเติมว่า เมื่อปีครึ่งมาแล้ว ผมไปเยี่ยมชมโรงเรียนลำปลายมาศพัฒนา ผมประทับใจมากที่ทางโรงเรียนฝึกครู ๑ ปี ให้ไม่ขึ้นเสียงหรือดุเด็ก แต่ฝึกตั้งคำถามแก่เด็ก เพื่อให้เด็กได้คิด และรู้ว่าสิ่งใดถูก สิ่งใดผิด เมื่อเด็กทำผิดครูก็ไม่ดุ แต่จะชวนเด็กคุยโดยครูตั้งคำถาม จนเด็กรู้ไปเองว่าที่ตนทำนั้นผิด ที่หลังต้องไม่ทำอีก อ่านความประทับใจของผมได้ [ที่นี่](#)

วิธีต่อต้านวัฒนธรรมแห่งความโหดร้ายได้ดีที่สุดคือการสร้างวัฒนธรรมแห่งความเคารพให้เกียรติซึ่งกันและกัน โดยที่เด็กต้องได้รับเกียรติเช่นเดียวกัน นั่นคือลู่วางที่เด็กจะเรียนรู้การให้เกียรติซึ่งกันและกัน

ผู้เขียนแนะนำให้ทุกคนในครอบครัวมานั่งประชุมตกลงกัน ยกวางกติกาของการเคารพให้เกียรติซึ่งกันและกันในบ้าน โดยคุยกันให้ชัดว่า กติกาเดียวใช้กับทุกคนในบ้านหรือไม่ โดยต้องไม่ลืมว่า บ้านไม่ใช่ที่บังคับใช้ประชาธิปไตยแบบที่ทุกคนเท่าเทียมกันหมด เพราะพ่อแม่ยังต้องเป็นผู้นำในบ้าน และลูกก็ยังอยู่ระหว่างการฝึกฝนความเป็นผู้ใหญ่ที่รับผิดชอบตัวเองได้ทั้งหมด

คำถามของครูของลูก “ลูกสาวอายุ ๑๔ เป็นที่ขึ้นชมในโรงเรียนว่าเป็นเด็กดี แต่ที่บ้านกลับเป็นคนละคน เธอต่อต้านพ่อแม่ ว่าสิ่งที่พ่อแม่พูดเป็นเรื่องไร้สาระ หรือโง่เง่า จนบางครั้งแม่ไม่ยอมพูดด้วย พ่อแม่ตักเตือน ก็ดีขึ้นช่วงสั้นๆ แล้วก็กลับไปใช้คำพูดเสียดสีอย่างเดิม เหมือนกับว่า เธอไม่สามารถควบคุมตนเองได้ เราอยากให้ลูกพูดกับพ่อแม่อย่างเคารพ จะทำอย่างไรดี”

คำตอบของผู้เขียน “คุณพูดว่า ลูกสาวดูเหมือนไม่สามารถควบคุมตนเองได้ นั่นเป็นความจริงสำหรับเด็กอายุ ๑๔ ที่ควบคุมตัวเองได้ยากมาก เพราะเธอกำลังต่อสู้กับตัวเอง เพื่อสร้างความเป็นตัวตนของตนเองขึ้นมา และเพื่อเป้าหมายนั้น เธอจึงต้องสร้างระยะห่างจากพ่อแม่ โดยการไม่เห็นด้วยกับทุกเรื่องที่พ่อแม่ว่า เมื่อคุณบอกให้ทำอะไรก็ตาม เธอจะรู้ว่าการต้องทำตามที่พ่อแม่สั่ง ทำให้เธอเป็นเหมือนเด็กเล็ก พ่อแม่ควรเข้าใจว่า

สอนเด็กให้เป็นคนดี : ๑๒. เข้าใจความรู้สึกของคนอื่น (๑)ต่อต้านวัฒนธรรมแห่งความโหดร้ายรุนแรง

เขียนโดย ศ.นพ.วิจารณ์ พานิช

วันเสาร์ที่ 15 มีนาคม 2014 เวลา 00:00 น. - แก้ไขล่าสุด วันเสาร์ที่ 15 มีนาคม 2014 เวลา 11:57 น.

---

ความหยาบคายของเด็กวัยทีน เป็นตัวบอกความอ่อนเยาว์วุฒิภาวะของตัวเธอ

สภาพเช่นนี้จะค่อยๆ หายไปเอง พ่อแม่ช่วยได้โดยการสงบสติอารมณ์ (แม้จะทำได้ไม่ง่าย) แต่ไม่ได้หมายความว่า ต้องยอมให้ลูกสาวแสดงความไม่เคารพพ่อแม่

แนะนำให้คุยกับลูกดีๆ ด้วยน้ำเสียงราบเรียบ เริ่มด้วยการขอโทษลูก ว่าที่แม่ปล่อยให้ลูกพูดจาเสียตีสื่อแม่นั้นเป็นการทำผิดในฐานะแม่ ซึ่งมีหน้าที่ช่วยเหลือให้ลูกเติบโตเป็นคนดี การที่พ่อแม่ปล่อยให้ลูกแสดงพฤติกรรมไม่ดีนั้น ถือเป็นความผิดของพ่อแม่ เป็นการทำร้ายลูก ดังนั้นต่อไปนี้เรามาตกลงกันว่า ลูกจะต้องไม่แสดงพฤติกรรมไม่ดีอะไรบ้าง ถ้าแสดงออกมาจะได้รับผลอย่างไร เช่นถูกริบโทรศัพท์มือถือ ๑ วัน หรืออย่างอื่นที่แม่รู้ว่ามีความหมายต่อลูก แล้วแม่ก็คอยเฝ้าดู หากลูกทำผิดสิ่งใด ก็ได้รับผลตามที่ตกลงกัน เมื่อลูกเผลอตวาดคำรุนแรงอีก ให้เตือนด้วยน้ำเสียงราบเรียบ ว่าถ้าไม่หยุด จะได้รับผลตามข้อตกลง หากลูกหยุด ให้กล่าวคำขอบคุณ อย่าดูคำวากกล่าว อย่าขึ้นเสียงหรือแสดงอารมณ์ การแสดงอารมณ์ออกมา จะเป็นสัญญาณไปยังลูก ว่าเขาชนะแล้ว เมื่อลงโทษลูกตามข้อตกลง และลูกกระพี้ดกระพืด อย่าสนใจ ให้นิ่งไว้ ลูกสาวคุณเป็นเด็กฉลาด เขาจะเรียนรู้ได้ในที่สุด”

จะเห็นว่า พ่อแม่/ครู มีบทบาทสำคัญในการช่วยเหลือฝึกฝนกล่อมเกลานิสัยเด็ก ให้เป็นคนที่ไม่เคารพให้เกียรติคนอื่น และในขณะเดียวกัน ก็มั่นใจในเกียรติและความรับผิดชอบของตน

พ่อแม่และครู มีโอกาสรับใช้สังคม โดยการเอาใจใส่ฝึกเด็กให้เป็นคนดี มีความสัมพันธ์ที่ดีกับคนอื่น

วิจารณ์ พานิช

๘ เม.ย. ๕๖

สอนเด็กให้เป็นคนดี : ๑๒. เข้าใจความรู้สึกของคนอื่น (๑) ต่อต้านวัฒนธรรมแห่งความโหดร้ายรุนแรง

เขียนโดย ศ.นพ.วิจารณ์ พานิช

วันเสาร์ที่ 15 มีนาคม 2014 เวลา 00:00 น. - แก้ไขล่าสุด วันเสาร์ที่ 15 มีนาคม 2014 เวลา 11:57 น.

---

บันทึกนี้เขียนที่ [GotoKnow](#) โดย [Prof. Vicharn Panich](#)