

# บทนำ

## คุณผู้อ่านคะ

หากถามว่า “ลูกใครน่ารักที่สุดในโลก...ยกมือขึ้น!” ทุกท่านคงซิงกันยกมือจ้าละหวั่น...ลูกฉัน...ลูกฉัน...ลูกฉันนี่แหละยอดเยี่ยมกว่าใครๆ

ถูกค่ะ...ถูกแล้ว...

คุณพ่อคุณแม่ย่อมรู้จักลูกของตนเองดีกว่าใครๆ...รู้ว่าลูกน้อยน่ารักสักเพียงไหน

ไม่มีใครได้สัมผัสผิวอุ่นละมุนของเขามากเท่าเรา ไม่มีใครได้ยินเสียงอ้ออ้อ...เออ...ออ... ไม่มีใครเห็นประกายตาสดใส ไม่มีใครได้กลิ่นเส้นผมหอมกรุ่น และไม่มีใครเฝ้าติดตามความเฉลียวฉลาดน่าเอ็นดูของลูกรักได้เท่าคุณแม่อย่างแน่นอน

...คนที่ใกล้ชิดที่สุดจึงเป็นผู้ที่มีโอกาสดีที่สุดในการชื่นชมยินดีในความน่ารักที่สุดนี้ และเป็นคนสำคัญที่สุดในการสนับสนุนให้เด็กน่ารักที่สุดนี้เติบโตเป็นผู้ที่มีความสุขที่สุดจากความเก่งและความคิดที่พัฒนาเพิ่มพูนตามวัยด้วย

หน้าที่ยิ่งใหญ่อยู่ในมือคุณแม่ค่ะ

เราผู้เป็นพ่อแม่ช่างโชคดีเหลือเกินที่ธรรมชาติมอบหมายให้ทำหน้าที่สำคัญนี้บนพื้นฐานแห่งความรักอย่างเต็มใจ

ที่สำคัญ หน้าที่นี้ยังจูงใจให้เราอยากปรับปรุงตนเองให้เป็นทั้ง  
สิ่งแวดล้อมและต้นแบบที่ดีงามของลูกอีกด้วย

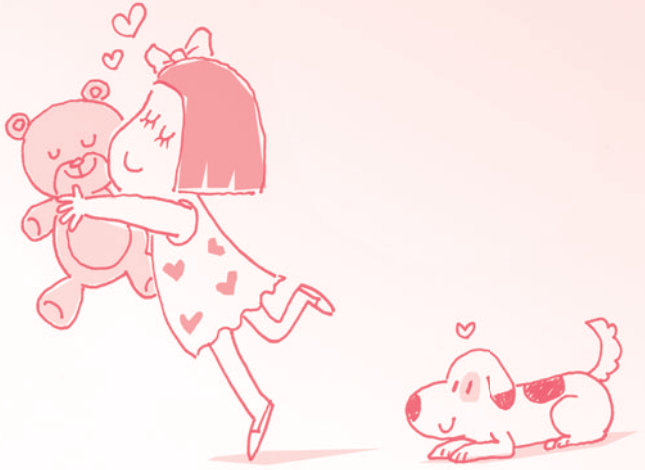
เพราะมุ่งให้ลูกฉลาด เราจึงขยันอ่านขยันเล่า

เพราะหมายให้ลูกสดใส เราจึงเรียนรู้การปล่อยวางความโกรธ  
รู้จักยืดหยุ่นให้อภัย

เพราะคาดหวังให้ลูกเป็นคนดี เราจึงมีสติรู้เท่าทัน และระวัง  
ไม่ให้ความผิดบาปชั่วหมองกล้ากรายเข้ามาใกล้ครอบครัว

หากมิใช่เพราะความรักต่อลูกน้อย พ่อแม่หลายคู่คงไม่มี  
โอกาสพัฒนาตนเองมากมายเพียงนี้

อย่าลืมชื่นใจในความตั้งใจของตนเอง อย่าลืมขอบใจหนูน้อย  
แสนรักของคุณ และเราจะพบกันที่เส้นทางสู่ความสำเร็จในการ  
เลี้ยง “ใจลูก” ด้วยความรัก...นะคะ



มาเปิด “ประตูใจ” ของลูกคนเดียววัย 3 ขวบ  
ให้สัมผัสความรักจากคนรอบข้างได้กันเถิด

## ฝึกลูกคนเดียว (หัด) แบ่งปันความรัก

นกเป็นลูกคนเดียวของคุณพ่อคุณแม่ จึงไม่ใช่เรื่องแปลก  
ที่ทั้งคู่จะทุ่มเทความรักความใส่ใจให้นกมากมาย แม้ฐานะของ  
ครอบครัวจะไม่ถึงกับร่ำรวยมหาศาล แต่พ่อแม่ก็ให้ความสำคัญกับ  
นกเป็นอันดับแรกเสมอ พ่อแม่รู้ว่าเงินทองเป็นของนอกกาย แต่  
ความสุขของนกเป็นเรื่องใหญ่ที่เงินทองจะซื้อหาหรือทดแทนไม่ได้

เมื่อนกปรารถนาจะไปท่องเที่ยวเรียนรู้สิ่งแปลกใหม่ที่ไหน พ่อแม่ก็ไม่รังรอที่จะลังงานหรือจัดการทุกอย่างให้ลงตัวเพื่อที่จะพานกไปสัมผัสประสบการณ์ดีๆ ร่วมกันทั้งครอบครัว และเมื่อนกอยากได้อะไร พ่อแม่ก็ไม่เสียดาย หากว่าสิ่งที่อยากได้นั้นจะเป็นประโยชน์ในการส่งเสริมพัฒนาการของนก

รูปถ่ายวันเกิดในแต่ละปีของนกสะท้อนภาพชีวิตที่พรั่งพร้อมของแม่หนูน้อยคนนี้ได้เป็นอย่างดี

รูปถ่ายวันเกิดปีแรก นกหัวเราะว่าอยู่ท่ามกลางกองตุ๊กตาของเล่นเสริมพัฒนาการ และกล่องของขวัญมากมาย

รูปถ่ายวันเกิดครบรอบสองขวบยังคงมีของขวัญรายรอบตัวหนูน้อย แต่สีหน้าและแววตาของนกเปลี่ยนไป รอยยิ้มจางหายไป สายตาของแม่หนูดูเคร่งเครียดหงุดหงิด... อาจจะช่วยด้วยความเจ้าอารมณ์ตามประสาวัยเตาะแตะก็ได้...

รูปถ่ายปีล่าสุดเพิ่งถ่ายไว้เมื่อไม่กี่สัปดาห์ที่ผ่านมาในวันที่นกอายุครบสามขวบ และเหตุการณ์ในวันนั้นเองที่ทำให้นกต้องมาพบจิตแพทย์

สีหน้าของนกในวันเกิดครบรอบสามขวบช่างเต็มไปด้วยความขุ่นเคือง สายตาคู่นั้นขาดความเชื่อมั่น โดยที่ตุ๊กตาและของขวัญรอบตัวไม่อาจช่วยให้สถานการณ์ดีขึ้นได้เลยแม้เพียงน้อยนิด

คุณพ่อบอกว่ารูปถ่ายนี้เป็นภาพที่ดีที่สุดแล้วของปีนี้ เพราะรูปอื่นๆ ล้วนแต่สะท้อนความหม่นหมองของนกยิ่งกว่านี้อีกหลายเท่า

คุณแม่เล่าว่า สองสามวันก่อนวันเกิด นกหงุดหงิดอแง ปฏิเสธการไปโรงเรียน จนกระทั่งในวันเกิดที่นกควรจะได้รับปาร์ตี้เล็กๆ กับเพื่อนๆ ที่โรงเรียนพรั่งพร้อมด้วยขนมเค้กชิ้นโตที่คุณแม่จัด

เตรียมไว้ให้ แต่รูปการณ์กลับกลายเป็นว่านกกิ่งปฏิเสศการไปโรงเรียนอย่างรุนแรง

ระหว่างการกรีดร้องโหยหวนของนก สลับด้วยการพร่ำปลอบโยนของคุณพ่อคุณแม่ ความจริงจากหนูน้อยวัยสามขวบเต็มก็พรุ้งพรุ้งออกมา

นกกี้กอกซกหัวพร้อมทั้งแล้วว่า “ที่โรงเรียนไม่มีใครรักหนูเลย... ไม่มีใครสนใจหนู...”

การถ่ายทอดอย่างกระท่อนกระแท่นทั้งน้ำตาทำให้พ่อแม่สรุปได้ว่าคุณครูไม่สนใจนกกเท่าที่ควร

บางครั้งคุณครูสั่งให้เด็กๆ เตรียมตัวออกมาร้องเพลงหน้าชั้นนกกก็พยายามฝึกซ้อมมาอย่างดี แต่คุณครูกลับปฏิเสธไม่ให้ร้อง

บางครั้งนกกยกมือตอบคำถามแต่คุณครูก็ไม่สนใจ ปล่อยให้เพื่อนแย่งตอบแล้วชมเพื่อน

บ่อยครั้งที่นกกทำอะไรดีๆ แต่คุณครูกลับเพิกเฉย ไม่ปรบมือให้ ไม่ชมเชย ไม่ให้รางวัล...

คุณครูไม่สนใจนกก... คุณครูไม่รักนกก

เหตุการณ์เช่นนี้เป็นมาเนิ่นนานแล้วในความรู้สึกของนกก

เมื่อถึงวันเกิดที่จะเป็นการฉลองครั้งแรกกับเพื่อนเตรียมอนุบาลที่นกกเพิ่งจะรู้จักได้เพียงสองเดือน ขนมหักขื่นสวยนนั้นก็ทำให้นกกังวลเหลือเกินว่า หากคุณครูไม่สนใจ เพื่อนๆ ไม่อยากกิน นกกจะทำอย่างไร

วันเกิดปีนี้นกกจึงปฏิเสธการไปโรงเรียนอย่างรุนแรง ไม่ขอเสียงที่จะเป็นเจ้าของงานปาร์ตี้เล็กๆ นั้น

ด้วยหัวอกของพ่อแม่ที่รักลูกดั่งแก้วตาดวงใจ ทั้งคู่จึงไม่อาจนิ่งเฉยอยู่ได้ การไต่ถามข้อมูลเพิ่มเติมจากคุณครูไม่ได้ช่วยให้คุณพ่อ

คุณแม่คุณแม่ที่อ่อนคลายได้แม้แต่นิด มีหน้าซ้ำข้อมูลส่วนใหญ่ยังยิ่งทำให้วิตกกังวลมากขึ้น

คุณครูมีความเห็นว่านกเป็นเด็กไม่อดทน เรียกร้องความสนใจ อ่อนไหวต่อการถูกปฏิเสธ แต่คุณครูก็ตกใจเมื่อทราบว่าคุณเปราะบางกว่าที่คุณครูคาดไว้

คุณครูนึกไม่ถึงว่าคุณจะปรับตัวกับสถานการณ์นี้ไม่ได้

คุณครูทราบดีว่ามีเด็กอีกมากมายที่ต้องเผชิญกับความรู้สึกเช่นเดียวกับนก จะว่าไปแล้ว ยิ่งคุณครูทำงานนานขึ้นก็ยิ่งพบว่าเด็กยุคใหม่มีอาการแบบเดียวกันนี้มากขึ้นทุกที

ลูกคนเดียวกันยุคใหม่จะเป็นจุดสนใจและศูนย์รวมความรักของครอบครัว จนไม่อาจยอมรับผู้ใหญ่ที่สนใจเด็กอื่นมากกว่าตนได้

คุณครูดีใจที่คุณพ่อคุณแม่ตัดสินใจมาพบจิตแพทย์ และก็ไม่มีรังรอที่จะขอมาร่วมแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับคุณหมอด้วย

ท่าทีให้เกียรติคุณครูของคุณแม่ทำให้นกเริ่มเรียนรู้ที่จะมองโลกและบุคคลต่างๆ ในแง่ดี และเริ่มมั่นใจในตัวคุณครูมากขึ้น

ความกระตือรือร้นและยินดีช่วยเหลือของคุณครูช่วยให้นกเข้าใจและปรับตัวกับปัญหาของตนเองได้อย่างรวดเร็ว

นกเห็นคุณครูพูดคุยกับคุณแม่อย่างใส่ใจหลายครั้งหลายหน

นกเริ่มเปิดใจยอมรับว่าคุณครูน่าจะเป็นอีกคนหนึ่งที่รักนกได้...เหมือนที่พ่อแม่รัก

แต่ความรักของคุณครูไม่ได้จำกัดอยู่ที่นกคนเดียวเหมือนพ่อแม่กับแม่

หลังจากพ่อแม่ชี้แนะไปที่ละน้อยอย่างใจเย็น นกก็เริ่มเข้าใจในความรักของคุณครูที่แผ่กว้างขยายไปยังเพื่อนๆ โดยที่ความรักที่มีต่อนกก็ไม่ได้ลดลง

คุณครูสนใจคนน้อยกว่าเพื่อนคนอื่นๆ เพราะเวลาและโอกาสที่จำกัด แต่นั่นไม่ได้แปลว่าในหัวใจของคุณครูจะไม่มีความรักให้คน

คุณครูช่วยเสริมย้ำความรู้สึกดีๆ นี้ให้แก่กันด้วยการเล่านิทานที่มีเนื้อหาเน้นความรักความสามัคคีในกลุ่มเพื่อนและพี่น้องให้หนักฟัง

น่าชื่นชมในความหนักแน่นและความพยายามในการแก้ไขปัญหาค้นพื้นฐานของการมองโลกในแง่ดีของพ่อแม่ ที่สำคัญต้องขอบคุณในความร่วมมือร่วมใจของคุณครู ผู้พร้อมจะพัฒนาเสริมแต่งหนุนน้อยต่อจากพ่อแม่ ลูกคนเดียวอย่างนกจึงมีโอกาสเรียนรู้ที่จะแบ่งปันความรักให้แก่เพื่อนรอบตัว และได้พบว่าการแบ่งปันนั้นยอมจะได้ความรักและการยอมรับที่อบอุ่นยิ่งกว่าเป็นรางวัลตอบแทนกลับคืนมา



พ่อแม่จะรับมือกับเจ้าตัวเล็กวัย 7 ขวบที่ช่างพูด  
ช่างบ่นไม่หยุดได้ ก็ด้วยความคิดเชิงบวก  
และความศรัทธาแน่นนั่นเอง

## ลูกคนนี้ขี้บ่นจัง

“เบื่ोजิบมากเลยแม่ ชอบพูดอวดตลอดเลย เบื่อๆๆ ไม่  
อยากฟัง! เอมี่ก็เหมือนกัน พอจิบอวดเอมี่ก็อวดบ้าง อวดกันไปอวด  
กันมาอยู่นั้นแหละ เบื่อๆๆ ไม่อยากฟัง!”

หน้าตาบึ้งตึงกับท่วงท่าตั้งอกตั้งใจจิบปากจิบคอบอกเล่ามัก  
ทำให้คุณพ่อคุณแม่ต้องชะงัก วางภารกิจในมือมาหยุดฟังอย่าง



ใส่ใจ เพราะดูเหมือนว่าการบ่นครั้งนี้จะไม่จบลงง่ายๆ

“...ทำไมโรงเรียนถึงมีแต่คนชอบพูดอวดดีอย่างนี้นะ โรงเรียนอะไรก็ไม่รู้ไม่เห็นหน้าอยู่เลย... คุณครูก็ปล่อยให้เด็กอวดอยู่ได้ ไม่รู้หรือไม่ว่าเด็กบางคนเขาก็ไม่ยอมฟัง ใครจะไปยอมฟังล่ะ มีแต่เรื่องอวดกันแบบนี้...”

คำบ่นที่ววนและยืดยาวเช่นนี้อาจสร้างความรู้สึกที่แตกต่างกันเมื่อคุณพ่อคุณแม่อยู่ในแต่ละช่วงอารมณ์

คุณพ่อคุณแม่อาจขบขันกับท่าทางและคำพูดในครั้งแรกๆ ที่ลูกมาบ่นให้ฟัง เมื่อฟังไปก็อาจเริ่มคล้อยตาม เห็นใจ และรู้สึกสงสารลูก... ‘ใครนะช่างร้ายกาจกับลูกเราจริง...’

แต่ถ้าเสียงบ่นนั้นยังคงดำเนินต่อไปไม่รู้จบ ก็อาจกลายเป็นสิ่งปลุกเร้าความรำคาญได้ โดยเฉพาะในยามที่พ่อแม่เองก็มีพื้นที่อารมณ์หงุดหงิดมาบ้างแล้ว เมื่อมาเจอประโยคซ้ำซากและท่าทีทุกขี้ใจของหนูน้อยก็อาจทำให้พ่อแม่สับสนไม่รู้อะไรจะทำอย่างไรดี

ทำไมลูกรักของคุณพ่อคุณแม่จึงได้ขี้นถึงเพียงนี้?

การบ่นเป็นปรากฏการณ์ใหม่ที่พบได้บ่อยมากเมื่อเจ้าหนูน้อยของเราเริ่มเติบโตเข้าสู่วัยประถม

หนูน้อยวัย 7-8 ขวบจะให้ความสนใจกับสิ่งแวดล้อมรอบตัวมากขึ้นทุกขณะ ทุ่มเทความคาดหวังไปกับกลุ่มเพื่อนเมื่ออยู่ที่โรงเรียน และกลับมาตัดดวงกำลังใจจากคนที่บ้านในยามโรงเรียนเลิก

ความช่างคิดและจริงจังกับเรื่องราวต่างๆ ผนวกกับอารมณ์ที่ละเอียดลึกซึ้ง เป็นองค์ประกอบเบื้องหลังที่นำไปสู่การบรรยายถ่ายทอดความรู้สึกผ่านถ้อยคำต่างๆ การหยอกล้อเล่นหัวของหนูน้อยวัยอนุบาลจะเริ่มแปรเปลี่ยนเป็นบทสนทนาและการถ่ายทอด

เรื่องราวมากขึ้น การบ่นจึงเป็นเรื่องธรรมดาสำหรับวัยนี้ อย่างไรก็ตาม ถ้าเจ้าหนูอาการหนักหนาถึงขั้นเป็นเจ้าคนขึ้นบ่น ก็อาจเป็นเครื่องเตือนใจให้คุณพ่อคุณแม่ก้มลงสำรวจและปรับปรุงความเป็นพ่อพิมพ์แม่พิมพ์ต้นแบบแห่งการบ่นก็ได้

การบ่นของลูกอาจสะท้อนให้เห็นว่าหนูๆ ตกอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่เร้าให้มองโลกและคนรอบตัวในแง่ร้ายมากเกินไป และที่สำคัญการบ่นอาจแสดงถึงปัญหาในการปรับตัวของลูกสุดที่รักก็ได้

มองดูแล้วที่มาของการบ่นๆๆ ช่างน่าวิตกเสียจริง! แต่อย่าปล่อยให้ความวิตกรบกวนเราจนเสียกระบวนท่าค่ะ

เราอาจพลิกวิกฤติให้เป็นโอกาสกันเถอะ เริ่มจากการใส่ใจกับพฤติกรรมของลูก และจงอย่าหนักใจจนเกินไป

พยายามตอบสนองการบ่นของลูกอย่างผ่อนคลายเป็นบรรยากาศสบายๆ ในการรับฟัง แสดงความสนใจด้วยสายตาและคำพูด ซึ่งไม่ใช่คำพูดเข้าข้างหรือยุ่งให้เกลียดเพื่อน เกลียดครู เกลียดโรงเรียนหนักขึ้นอีก เช่น แทนที่จะพูดว่า

“หนูก็อย่าไปยุ่งใกล้เด็กชั่วอดพวกนั้นสิ เด็กนิสัยไม่ดี โธ่เอ๊ย! คิดว่าตัวเองร่ำรวย”

ก็อาจลดความร้อนแรงของอารมณ์ลูกด้วยประโยคเบาๆ ว่า

“ต้องฟังเพื่อนอดซ้ำๆ ลูกคงเบื่อแม่เลยเนอะ เพื่อนคงตื่นเต้นกับของใหม่ใหม่ๆ เลยอยากเล่าให้หนูฟังตลอดเวลา... แล้วเขาอดอะไรบ้างล่ะคะ”

นอกจากนี้ ยังอาจเติมเต็มความมั่นใจให้ลูก พร้อมกับแทรกแนวคิดให้ลูกเรียนรู้การมองโลกในแง่ดีและฝึกปรับตัวกับสิ่งแวดล้อมด้วยคำพูด เช่น

“น้องจ๊ิบยังเหมือนเด็กเล็กๆ เลยนะ เวลาเด็กๆ มีอะไรใหม่ก็

อยากจะเล่าให้คนอื่นตื่นตื่นด้วย แต่ลูกพ่อเหมือนผู้ใหญ่แล้ว คุณแต่เรื่องที่คุณอื่นชอบฟังด้วย แถมยังอดทนฟังเพื่อนได้อีก เยี่ยมมากเลย”

อีกทางเลือกหนึ่งก็คือให้ลูกฝึกการแก้ปัญหาและตัดสินใจ ด้วยการถามถึงทางออกที่ลูกเตรียมไว้เมื่อต้องเจอเจอสถานการณ์นั้นอีก หากคำตอบนั้นเหมาะสมดีก็แสดงความชื่นชม แต่ถ้าฟังดูแปลกๆ คุณพ่อคุณแม่ก็ควรจะเสนอแนวทางให้ลูกลองเลือกปฏิบัติ แล้วเชิญชวนให้ลูกนำผลจากการปฏิบัติตามแนวทางที่ลูกเลือกใช้ มาพูดคุยกันอีกในวันต่อๆ ไป

แค่นี้ เสียงบ่นก็จะกลายเป็นเสียงบอกเล่าถึงอีกประสบการณ์อันภาคภูมิใจในการแก้ปัญหาของหนูน้อยได้เป็นอย่างดี



แม้จะเจอกับคำถามนับร้อยนับพันไม่รู้จัก  
ของลูกวัยซน เคธิดลัษที่พ่อแม่พึงระลึกก็คือ  
“การสนองตอบ” สำคัญกว่า “คำตอบ”

ตอบ-อะไร  
ตอบ-ทำไม

เพลลอปแลลึบเดียวเจ้าหนูตัวน้อยนิตก็โตวันโตคืน จากทารกที่รอกคอยน้ำนมและการปกป้องของพ่อแม่ กลายเป็นเด็กน้อยวัยเตาะแตะที่ซุกซนช่างค้นหา

จากหนูน้อยตัวแดงๆ ที่หลับอุตุวันละหลายเวลา กลายเป็นจอมซนที่พลังงานเหลือเฟือ

จากเจ้าตัวเล็กที่ส่งเสียงอ้อแอ้แสดงความกระหายใคร่รู้ กลายเป็นเด็กขี้สงสัย คอยบ่อนคำถามชุดใหญ่แบบไม่ยั้ง

เรื่องความช่างสงสัยอยากรู้อยากเรียนนี่ละที่น่าสนใจนัก เพราะหากสังเกตให้ดี คำถามเหล่านั้นก็มีวิวัฒนาการตามวัยที่เปลี่ยนไปด้วย!

หลังจากอายุครบหนึ่งขวบ เจ้าตัวเล็กจะเริ่มพูดคำที่มีความหมายได้ เริ่มเรียกพ่อ เรียกแม่ และบอกความต้องการง่ายๆ ได้

คุณพ่อคุณแม่คงจำคำถามน่ารักๆ จากลูกน้อยวัยเตาะแตะ ที่ต้องการเรียนรู้คำศัพท์มากมายได้เป็นอย่างดี

คำถามที่ว่า “นี่...อา...ยา...ย...ย...”

ซึ่งพัฒนาต่อเนื่องไปเป็น “นั่น...อา...ยาย...”

และตกผลึกเป็นคำถามที่ชัดเจนว่า “โน่น...อะไร”

ช่างเป็นคำถามง่ายๆ ที่ดึงดูดใจ ชวนให้พ่อแม่ตอบเหลือเกิน แต่เมื่อหนูๆ เติบโตขึ้น พร้อมกับสะสมคำศัพท์ไว้ในคลังสมองแน่นเบรียะ เซลล์สมองที่ทำงานประสานกันเป็นชุดจะเฝ้าให้หนูน้อยเริ่มเรียนรู้การคิดเชิงเหตุผล

คำถามของคนตัวเล็กๆ วัย 3-4 ขวบจึงเริ่มเปลี่ยน

จากคำว่า “อะไร...”

เป็นข้อสงสัยว่า “ทำไม...”

คุณพ่อคุณแม่อาจขำใจเมื่อหนูน้อยเริ่มถามคำถามง่ายๆ ใกล้เคียงแสนน่ารัก

“ทำไมคุณพ่อมีหนวด...”

ใครๆ ก็ตอบได้... ก็คุณพ่อเป็นผู้ชาย

“ทำไมคุณตาผมสีขาว...”

แน่นอน... ก็คุณตาอายุเยอะแล้ว ผมขาวนี้เค้าเรียกว่าผม

หงอกจ๊ะลูก

จนกระทั่งคำถามเหล่านั้นพัฒนาไปเป็นเรื่องที่ไกลตัวขึ้น ชับซ้อนขึ้น หรือบางครั้งก็ซ้ำซากขึ้น เมื่อลูกยังไม่ได้รับคำตอบที่โดนใจ

“ทำไมพระอาทิตย์ถึงเป็นวงกลม...”

“ทำไมพระจันทร์แหวกได้...”

“แล้วที่ดาวทำไมไม่แหวกล่ะ...”

“แล้วทำไม... ทำไม... ทำไม...”

บ่อยครั้งที่คำถามที่ไกลตัวอันซับซ้อนและซ้ำซากเหล่านี้เปลี่ยนอารมณ์ชื่นบานของคุณพ่อคุณแม่ให้งุนงงงุนงงกันได้

หลายครั้งคำถามจากเซลล์สมองซึ่งกำลังพัฒนาของหนูน้อยก็จู่โจมจนผู้ใหญ่หลายท่านรู้สึกว้าว เซลล์สมองของตนเองกำลังถูกทำลายอย่างรุนแรงรวดเร็ว

ความยากในการให้คำตอบอาจทำให้พ่อแม่หลายคู่ต้องเปิดศึกทะเลาะกันเล็กๆ ซึ่งอาจลุกลามต่อไปเป็นสงครามใหญ่โต

“โธ้ย! ไปถามคุณพ่อเถอะไป เร็ว...คุณพ่อ ช่วยตอบลูกหน่อย”

“แม่นั้นแหละ รู้เยอะไม่ใช่หรอ ถามแม่น่ะดีแล้ว”

ที่เก๋ไปกว่านั้นก็คือคุณพ่อคุณแม่ที่นอกจากจะไม่พยายามตอบคำถามลูกเองแล้วยังคอยตำหนิวิจารณ์อีกฝ่ายหนึ่งที่ไม่ได้ตั้งใจจน

“ว้าย! คุณพ่อ บอกลูกไปได้ยังไงว่าฝนตกเพราะเทวดาฉี่ จะหลอกให้ลูกมงายแถมทะเล่ิ่งหรือไง... ลูกอย่าไปฟังพ่อนะ แล้วก็ไม่ต้องมาถามแม่ด้วย” ...เพราะแม่ก็ไม่มีคำตอบที่ดีให้เช่นกัน

การกระทำแบบนี้เข้าข่ายการดิสเครดิตฝ่ายตรงข้าม ซึ่งเป็นกระบวนการที่ฮิตมากในแวดวงการเมืองเมื่อระยะหนึ่งที่ผ่านมา และ

เข้าใจว่าอาจจะบาดเจ็บจากระดับการเมืองมาสู่ระดับการบ้านเจ้าค่ะ...

แน่นอนว่าผลลัพธ์จากการดิศเครดิตกันในบ้านก็จะคล้ายคลึงกับการดิศเครดิตทางการเมือง เด็กซึ่งสงสัยวัยเรียนน่าจะเริ่มสับสนไม่รู้ว่าตนควรเชื่อใคร ศรัทธาใคร และควรยึดถือใครเป็นต้นแบบในการเติบโต

หากบรรยากาศของการถามไถ่ทำให้พ่อแม่ขุนมัวอารมณ์เสีย หนูน้อยอาจเริ่มรับรู้แบบผิดๆ ว่าความอยากรู้อยากเห็นอยากพูดคุยของตนนั้นสร้างปัญหาและไม่น่ารัก จึงไม่ใช่เรื่องแปลกที่พ่อแม่หนูในสถานะเช่นนี้จะค่อยๆ หุบปากลง แล้วห่างเหินจากการรับรู้ความเป็นไปผ่านพ่อแม่ออกไปทุกที

วันหนึ่งข้างหน้าคุณพ่อคุณแม่อาจพาหนูน้อยมาปรึกษาจิตแพทย์ว่าทำไมลูกรักจึงปราศจากความคิดสร้างสรรค์ ไร้จินตนาการ และไม่เชื่อมั่นในตนเองเพียงพอที่จะคิดสงสัยให้แตกต่างจากผู้อื่น หรืออาจวิ่งมาปรึกษาเพราะกังวลว่าเหตุใดลูกที่คุณพ่อคุณแม่ทุ่มเทให้มากมายจึงไม่ยอมบอกเล่าเรื่องราวต่างๆ ในชีวิตให้พ่อแม่ฟังเลย

ตัวอย่างเล็กๆ เหล่านี้หยิบยกขึ้นมาเพื่อสะท้อนให้คุณพ่อคุณแม่ตระหนักว่ารายละเอียดปลีกย่อยในการตอบสนองต่อคำถาม คำจาและคำถามของหนูน้อยช่างจำนรรจนัน้มีความหมายยิ่ง

คุณพ่อคุณแม่คะ อย่าได้กังวลกับความอยากของการให้คำตอบเลยค่ะ

สิ่งสำคัญที่สุดมิได้อยู่ที่ความจำเป็นในการตอบคำถามอย่างถูกต้องตามหลักการหรือเหตุผลทางวิทยาศาสตร์ ภูมิศาสตร์ ประวัติศาสตร์ คณิตศาสตร์ และอีกสารพัดศาสตร์ แต่ความสำคัญทั้งหมดทั้งปวงขึ้นอยู่กับบรรยากาศและท่าทีในการตอบสนองต่อ

คำถามยากๆ ของคุณพ่อคุณแม่ต่างหาก

การตอบสนองด้วยรอยยิ้มสดใสจะเชื้อเชิญให้เด็กสนทนา แลกเปลี่ยนกับผู้ใหญ่ต่อไปได้อย่างต่อเนื่อง

“แม้ว่าพระอาทิตย์กลมเพราะอยู่ไกลจากเรามากๆ มั้ง เวลาเห็นอะไรที่อยู่ไกลๆ เราอาจจะเห็นเป็นกลมๆ ก็ได้นะ... แล้วหนูคิดว่ายังไงล่ะคะ”

ในบางครั้ง แม้คำตอบจะคลุมเครือ แต่ดวงตาที่มีประกายแห่งความรักก็อาจดึงดูดให้ลูกน้อยอยากบอกเล่าที่มาของคำถาม หรือเริ่มมีแนวคิดในการสังเกตเปรียบเทียบเพิ่มเติมได้

“นั่นนะสิ เมื่อวานเรายังเห็นพระจันทร์กลมๆ อยู่เลย ทำไมวันนี้มันแห้วกันได้นะ... เอ... หนูเคยเห็นมันแห้วมาก่อนมั๊ยเนี่ย”

นอกจากนี้ การเสนอแนะทางออกบางประการในบรรยากาศเปี่ยมสุขอาจมีค่าว่าการตอบคำถามมากมายนัก

“คุณพ่อเคยอ่านเรื่องรูปร่างของดวงดาวด้วยละ น่าสนุกมาก จำได้ว่าที่เราเห็นดาวแว็บๆ นี่เป็นเพราะแสงที่สะท้อนออกมา พุ่งนี้เราไปดูหนังสือที่ร้านกันมั๊ยละ ไปลองหาเรื่องที่ลูกสงสัยกัน แล้วคุณพ่อก็มีเพื่อนที่เป็นนักดูดาวด้วย ลุงฮึดไ้ วันหลังพาถูกไปคุยเรื่องดาวกับลุงฮึดดีกว่านะ”

ด้วยความยากของคำถาม บวกกับข้อจำกัดในการรับรู้ของเด็ก ทำให้บางครั้งคุณพ่อคุณแม่ต้องทำใจว่าลูกรักไม่จำเป็นต้องเรียนรู้ในสิ่งที่ถามจนครบถ้วนเสร็จสมบูรณ์ในวันเดียว

แม้ยังไม่ได้ให้คำตอบที่สมบูรณ์ร้อยเปอร์เซ็นต์ดังที่ใจปรารถนา แต่เราก็ได้จุดประกายความคิด เปิดโลกทัศน์ และสร้างความไว้วางใจต่อการพูดคุยแลกเปลี่ยนกับลูกไว้อย่างเต็มที่แล้ว

แน่นอนค่ะ การตอบสนองลูกน้อยด้วยท่าทีสดใส มีความสุข มีคุณค่าเหนือกว่าการตอบคำถามใดๆ ทั้งสิ้น





ลูกขโมยเพราะ “ขาดความรัก”

ฉะนั้นพ่อแม่ต้องใช้ “ความรัก” เยียวยารักษาใจ

(โรค) ขโมย

สมัยป่าหิมอยังเด็ก จำได้ว่ามีหนังสือเรื่องหนึ่งใช้ชื่อว่า  
ขโมยที่รัก

คิดยังไงนะ ไปรักขโมย

เมื่อป่าหิมอเติบโตขึ้นจนเป็นนักเรียนแพทย์ ก็เริ่มรู้จักโรค  
แปลกๆ หลายชนิด รวมถึงโรคที่น่าจะเป็นพลอตสำคัญของหนัง

เรื่องนั้น

“โรคขโมย” ค่ะ!

โรคขโมยเป็นปัญหาทางจิตใจของผู้ป่วยที่จิตแพทย์อย่างป่า หมอมีโอกาสดูแลรักษาอย่างใกล้ชิดหลายราย

ทั้งที่ผู้ขโมยไม่ได้ขาดแคลนเงินทองซ้ำของ

ทั้งที่รู้ว่าการขโมยเป็นความผิด

แต่ผู้ป่วยทางจิตใจเหล่านี้ก็ไม่อาจยั้งตัวเองจากการขโมยได้

ประสบการณ์หลายอย่างในชีวิตทำให้ผู้ป่วยเหล่านั้นบังคับ ควบคุม “ความอยาก” ของตนไม่ได้

ประสบการณ์ที่บ่อยครั้งคุณพ่อคุณแม่ผู้เลี้ยงดูมีส่วนในการ ผลักดันให้เกิดขึ้น

แน่นอนค่ะ พ่อแม่ไม่ได้ต้องการเช่นนั้นเลย

สัญชาตญาณความอยากได้อาจมีเป็นเรื่องปกติของมนุษย์ ทุกคน โดยเฉพาะมนุษย์ในวัยเด็กที่กำลังเรียนรู้การเป็นเจ้าของ เจ้าเข้า เจ้าของ แต่องค์ประกอบหลายอย่างในเส้นทางการเติบโตจะกล่อม กล่าให้เด็กรู้จักควบคุมสัญชาตญาณเหล่านั้นจนมีค่านิยมความ ประพฤติที่เหมาะสมได้ นับตั้งแต่การที่เด็กรับรู้ว่าคุณค่า เป็นที่รักของคนรอบข้าง เรียนรู้ความสุขของการรับความรักในฐานะ ที่เป็นคนดี การอยู่ในขอบเขตของวินัยที่มั่นคงและสม่ำเสมอภายใต้ การดูแลอย่างใกล้ชิด พร้อมกับซึมซาบคุณธรรมความดีจากต้นแบบ ที่เด็กรักและชื่นชม รวมถึงการเรียนรู้ที่จะรู้สึกเห็นใจผู้ที่สูญเสียของ รักของหวงไปเพราะถูกแย่งชิงหรือขโมย

ถ้าการเรียนรู้ค่านิยมความดีเป็นไปอย่างราบรื่นเช่นนี้ เด็กจะ เติบโตพร้อมความมั่นคงในคุณธรรม เลือกลงแสวงหาวัตถุต่างๆ ด้วย วิธีการสุจริต ไม่คิดขโมยใคร และยับยั้งพฤติกรรมที่อาจเกิดเพราะ

ความอยากที่ไม่เหมาะสมได้

แต่เส้นทางการเรียนรู้ที่นี้อาจไม่ราบรื่นเสมอไปค่ะ

พ่อแม่บางรายกลับไม่อาจสร้างสภาพแวดล้อมที่จะช่วยขัดเกลา  
สัญชาตญาณอยากได้ออยากมีของลูกได้ตรงทิศทางกับธรรมชาติ  
ของเด็ก

หลายครอบครัวทะนุถนอมตามใจเด็ก เกรงใจลูกจนไม่กล้า  
ขัดขวางความปรารถนาทุกชนิด ลูกอยากได้อะไรยอมหมด ขนาด  
ลูกหยิบขวยข้าวของจากผู้อื่นโดยไม่ได้รับอนุญาตจากเจ้าของพ่อแม่  
ก็ยังตามไปชดใช้ ขอโทษขอโพย ใต้ถื่น หรือแม้แต่คุกคามเจ้าทรัพย์  
เพื่อปกป้องและกลบเกลื่อนความผิดให้ ปล่อยให้ลูกสุดที่รักเคยชิน  
กับการ “ได้” ในสิ่งที่ต้องการเสมอ

เด็กจะเรียนรู้ความถูกต้องอย่างกะพรวนกะแพรง เพราะไม่มี  
โอกาสฝึกปรือการรับผิดชอบต่อปัญหาที่ตนเองสร้าง และกลับถูก  
ส่งเสริมให้ความอยากได้ออยากมีเติบโตอย่างไร้ขอบเขตจนควบคุม  
ตนเองไม่เป็น ทั้งที่พ่อแม่ก็รู้แ่ใจว่าไม่อาจตามไปคุ้มครองเด็กได้  
ชั่วชีวิต

ก็เพราะรัก...จึงห้ามใจจากการปกป้องทะนุถนอมเช่นนั้นไม่ได้

ในทางตรงข้าม แม่พ่อแม่บางครอบครัวจะกำหนดกรอบ  
ค่านิยมความดีให้แก่ลูกไว้อย่างชัดเจน แต่ก็ยังมีหลุมพรางอารมณ์  
ให้เกิดข้อผิดพลาดทางเทคนิคอีกจนได้

เด็กบางคนเริ่มต้นปัญหาจากความอยากได้ธรรมดาในขณะที่  
ยังไม่รู้ขอบเขตความเหมาะสม จึงหยิบขวยโดยไม่ยั้งคิด แต่หยิบที่  
ไรก็ถูกดูว่าทุกครั้งโดยไม่มีใครใส่ใจความต้องการหรือความรู้สึกของ  
เขา หนุ่่น้อยต้องดิ้นรนดูแลตัวเองให้ได้สิ่งของตามทีอยากได้ และยัง  
ต้องคอยหลบหลีกให้พ้นจากพิษภัยของคำดูว่าอันเกรี้ยวกราดรุนแรง

ยิ่งฝึกปรือก็ยิ่งหียบจนวยได้อย่างว่องไวและมิดชิดขึ้น...

นั่นหมายความว่าวิทยายุทธในการขโมยนั้นพัฒนาแบบเนียนขึ้นตามวัย และในบางครั้งเด็กอาจเก็บเกี่ยวความภาคภูมิใจเล็กๆ ได้จากการหลบพ้นสายตาพ่อแม่อีกต่างหาก

เด็กที่มีปมในจิตใจจากความไม่มั่นคงต่อความรักของพ่อแม่ อยู่ก่อน ไม่ว่าจะเป็เพราะการมีพี่น้องให้เปรียบเทียบอิจฉา หรือเพราะสถานการณ์ในชีวิตทำให้พ่อแม่ขาดโอกาสที่จะสื่อความรักถึงลูกอย่างเพียงพอ จะมีแนวโน้มเป็นโรค “ขาดความรัก” อยู่แล้ว

เมื่อไม่เชื่อมั่นว่าตนมีความหมายสำหรับพ่อแม่ จึงไม่กล้าหรือไม่อาจบอกเล่าความต้องการของตน รวมทั้งสื่อความรู้สึกด้านลบต่างๆ ที่มีอยู่ออกมาไม่ได้

เมื่ออยากได้ก็ต้องคิดเองเออเองหรือเรียนรู้จากประสบการณ์เดิมว่าความต้องการของตนนั้นจะลงเอยด้วยการถูกดูว่า

อย่ากระนั้นเลย หียบมันเฉยๆ นี่แหละ

ตาดิก็ได้อ ตาร้ายก็โดน... แต่ปกติก็คุ้นชินกับการโดนอยู่แล้วนี่นา โดนอีกหน่อยจะเป็นอะไรไปเล่า

แต่พอถูกดูเข้าจริงๆ ก็ไม่ใช่ว่าจะไม่รู้สึกละอะไรนะคะ เด็กที่มีปมเหล่านี้พร้อมจะรู้สึกโกรธ เศร้า หรือน้อยใจกับท่าทีของพ่อแม่ที่ตามตอกย้ำของตนให้ชัดเจนยิ่งขึ้น

พ่อแม่ดูหนู... พ่อแม่ไม่รักหนู... ไม่มีใครรักหนู...

ความรู้สึกในใจเช่นนี้เองที่นำกลวิที่สุดว่าจะผูกเป็นเงื่อนที่ซับซ้อนยิ่งขึ้นจนกลายเป็นความผิดปกติทางจิตใจ ที่มาของ “โรคขโมย” ซึ่งรักษาได้ยาก

การหียบจนวยแต่ละครั้งจะเป็นการกระทำเพื่อทดแทนความโหยหาอยากได้

ไม่ใช่ความอยากได้วัตถุ แต่เป็นความอยาก ความกระหาย  
ในความรัก

เด็กจะหิบนอยข้าวของราวกับพยายามไขว่คว้าหิบนอย  
ความรัก พร้อมกับความรู้สึกสะใจเหมือนได้ปลดปล่อยความโกรธ  
เกลียดก้าวร้าวที่ซ่อนเร้นในใจด้วยการแย่งชิงสิ่งของให้เจ้าของรู้สึก  
เจ็บปวดจากการสูญเสียบ้าง

ไม่มีใครอยากให้เกิดเสียนปมอันเลวร้ายเช่นนี้ขึ้นในใจลูกรัก  
เราจะป้องกันอย่างไร

คำตอบเริ่มต้นที่สติของคุณพ่อคุณแม่ในการจัดการปัญหา  
ตั้งแต่ครั้งแรกๆ ด้วยคำพูดและท่าทีที่เหมาะสม

เราสอนให้เด็กเลิกเข้าใจค่านิยมที่ดิงามได้โดยไม่จำเป็นต้อง  
ทำให้เขารู้สึกเสียหน้าหรือไม่เป็นที่รัก

จงระวังและหลีกเลี่ยงการดูว่าเทศนายืดยาว ไม่ใช่ท่าที่  
จุนเจียวก้าวร้าวเกินกว่าเหตุ แต่ควรบอกกับเด็กอย่างใจเย็น ชัดเจน  
และหนักแน่นว่า

“ของเล่นนี้ไม่ใช่ของหนู หนูต้องเอาไปคืนเจ้าของค่ะ”

“ลูกหิบนอยต่างก็ไปจากกระเป๋ามแม่ แม่อยากได้คืนค่ะ”

หากเด็กทำตามที่เราบอกโดยดี เราควรแสดงความใส่ใจด้วย  
การสอนว่า

“ถ้าหนูอยากได้เงินให้มาบอกแม่นะคะ เราจะได้คุยกัน”

แต่ว่าชีวิตไม่ง่ายเช่นนั้น ลูกรักของเราอาจปฏิเสธหรือต่อล้อ  
ต่อเถียงซึ่งไม่มีประโยชน์ที่เราจะต้องไปสืบพยานให้ยุ่งยาก ย้ำให้  
ชัดเจนว่าเราต้องการของหรือเงินนั้นคืน หากลูกทำสิ่งของที่หิบนอย  
มาเสียหายหรือใช้เงินที่แอบหิบนอยไปแล้ว คุณพ่อคุณแม่ต้องคุยกับลูก  
ถึงวิธีการชดเชยเงินคืน เช่น หักค่าขนม หรือให้ทำอะไรบางอย่าง

เป็นการชดใช้

พร้อมกันนั้นก็อย่าลืมสำรวจสภาพจิตใจของเด็กด้วยว่ามีปัญหาใดซ่อนเร้นอยู่หรือไม่

สิ่งสำคัญอีกประการ คือ การไม่ตราหน้าหรือตั้งสมญาเด็กด้วยคำพูดรุนแรงเจ็บปวด เช่น เจ้าหัวขโมย เด็กโกหก หรือแม้แต่การสอนไปสาปแช่งให้ลูกเป็นโจรขโมยไป

อย่าลืมค่ะ ทั้งที่รักแสนรัก แต่ความพลั้งเผลอขาดสติในการใช้คำพูดของพ่อแม่อาจทำให้娃จากกลายเป็นอาวุธเข็มดเจ็ม สร้างแผลใจจนความรักเข้าไม่ถึงหัวใจดวงน้อยๆ นั้น และสุดท้ายลูกรักก็จะไขว่คว้าหาความรักด้วยวิธีการของตนเองจนเติบโตเป็นขโมยขึ้นมาจริงๆ



แก้ไขเรื่อง “ความมั่นคงทางอารมณ์” ของลูกได้  
ก็แก้ไขอาการ “ใจน้อย” ของลูกได้เช่นกัน

## ลูกขี้ใจน้อย

**“คนหัวล้านใจน้อยนะ”**

คำพูดนี้เป็นประโยคที่หลายคนคุ้นเคย คุณๆ อาจแอบอมยิ้ม  
ทุกครั้งที่เห็นอาการฟืดฟิดน้อยใจของคนผมบาง และมองว่าเป็น  
ธรรมชาติของเขาไปเสีย...

แต่ถ้าหากอาการใจน้อยนั้นมาเกิดกับเจ้าตัวเล็กที่บ้านซึ่งผม

ยังดกดำเต็มศีรษะ พ่อแม่อย่างเราๆ ท่านๆ คงหาคำอธิบายใดมา  
ประคับประคองอารมณ์ให้ทำใจหรือเข้าใจได้ยาก

ยิ่งถ้าความใจน้อยนั้นแสดงออกเป็นท่าที่บึ้งบึ้ง เย็นชา หรือ  
กระพืดกระเพียดแสบงอนอยู่บ่อยๆ

โธ้ย! น่าจับมาเชกบาลนักแล...

ตัวแค่นี้ยังงอนได้ขนาดนี้ ถ้าแก่กระหม่อมบางจะใจน้อย  
ขนาดไหน แล้วจะต้องเผชิญกับปัญหาอะไร จะมีใครยอมรับ จะ  
ปรับตัวได้ไหม แต่คิดก็หนักใจกับความสัมพันธ์ระหว่างหนูน้อยกับ  
ผู้คนในชีวิตในอนาคตแล้ว

การที่เด็กใจน้อย แสบงอน อ่อนไหว และปรับตัวไม่ได้กับ  
การตำหนิวิจารณ์นั้นเกิดจากอะไรได้บ้างนะ

สิ่งแรกที่เห็นได้ชัดเจนที่สุดน่าจะเป็นปัญหาในการสื่อสารคะ  
อาการงอนนั้นฟ้องถึงข้อจำกัดในการบอกความรู้สึก ความ  
ต้องการ หรือความคิดของเจ้าตัวให้ตรงทิศตรงทาง ส่วนหนึ่งอาจ  
เป็นเพราะที่ผ่านมามีพ่อแม่ไม่ค่อยใส่ใจทำที่ที่เป็นผลมาจากอารมณ์  
ด้านลบของเด็กหรือตอบสนองด้วยท่าทีคุกคาม แทนที่จะช่วยสอน  
ให้ลูกตระหนักรู้ถึงอารมณ์แล้วพูดคุยกันอย่างสร้างสรรค์ให้เป็นเมื่อ  
เด็กมีความรู้สึกไม่ดี เช่น โกรธ เสียใจ หรือเป็นทุกข์

ในที่สุดเด็กก็จะดิ้นรนเรียนรู้อย่างผิดๆ และเลือกใช้ท่าที่เมิน  
เฉย แยกตัวเองออกมาแทนการสื่อสารด้วยคำพูด หรือเมื่ออยากได้  
อะไรก็จะตั้งท่ารอให้ผู้อื่นทลายใจแทนการร้องขออย่างตรงไปตรงมา  
ตรงนี้มีจุดน่าสนใจซ่อนอยู่ค่ะ...

การตั้งแง่ให้คนอื่นทลายใจหาความต้องการนี้เองที่บ่งบอก  
ว่าเจ้าหนูน้อยมีปัญหาที่สองซ่อนอยู่ภายใต้ปัญหาด้านการสื่อสาร  
นั่นก็คือ เขาพยายามจะทดสอบว่าคนอื่นรู้สึกอย่างไรกับ



ตนเอง

เธอรับรู้ถึงความคิดของฉันใหม่...

เธอจะตอบสนองได้อย่างที่ฉันต้องการใหม่...

ฉันสำคัญมากพอใหม่ที่เธอจะเข้าใจอารมณ์และความ  
ปรารถนา...

ความสงสัยเหล่านี้มาจากรากลึกๆ ในใจของเด็กที่ขาดความ  
เชื่อมั่นว่าตนเองมีคุณค่ามากพอสำหรับพ่อแม่หรือคนรอบข้าง

ปมแห่งการขาดความเชื่อมั่นในคุณค่าของตนเองหรือขาด  
ความภาคภูมิใจนี้อาจทำให้คุณพ่อคุณแม่บางท่านถึงกับงัดได้คะ

ก็ทั้งรักทั้งเอาอกเอาใจปานนี้แล้ว ไฉนลูกจึงมีความคิด  
แปลกๆ ไม่เข้าท่าเช่นนั้นได้?

เรื่องของจิตใจมันไม่ตรงไปตรงมาเหมือนคณิตศาสตร์นะคะ  
พ่อแม่เจ้าขา ความไม่เชื่อมั่นในตนเองมักมีที่มาดเคี้ยวแปลก  
ประหลาดได้หลายแบบ เด็กหลายคนเริ่มเพาะบ่มความคลอนแคลน  
ทางอารมณ์เพราะมีคู่แข่งความรักในบ้าน ซึ่งอาจหมายถึงพี่ชาย  
น้องสาวร่วมสายเลือดนั้นแหละ

ท่าที่บางท่าที่ของพ่อแม่ เช่น การใส่ใจปกป้องดูแล หรือการ  
ลำเอียงเปรียบเทียบเด็กกับคู่แข่งแบบไม่เท่าเทียมกัน จะบั่นทอน  
ความเชื่อมั่นในคุณค่าของตนเองในตัวหนูน้อยไปเรื่อยๆ ซึ่งพ่อแม่  
ส่วนใหญ่มักเผลอทำลงไปโดยไม่ทันรู้ตัว...แต่คนอื่นดูออกกันหมด  
ค่ะ!

นอกจากนี้ อีกสาเหตุหนึ่งที่พบบ่อยว่าเป็นตัวร้ายคอยทำลาย  
ความเชื่อมั่นในตัวเองของเด็กๆ ทั้งที่ไม่มีคู่แข่งเลยก็คือ ท่าที่ที่ไม่  
สม่ำเสมอของคุณพ่อคุณแม่

แต่ส่วนหนึ่งก็ต้องยอมรับว่าพฤติกรรมขึ้นลงของพ่อแม่อาจ

เป็นผลกระทบมาจากการควบคุมความตื้อตึงเหลวไหลของลูกไม่อยู่ จนปล่อยให้ความโกรธครอบงำ กลายเป็นวัฏจักรอารมณ์สะท้อน กลับไปมาระหว่างพ่อแม่ลูก

ที่สุดแล้ว การแกว่งไกวขึ้นลงของอารมณ์และพฤติกรรมของ ทั้งตัวเด็กและพ่อแม่ก็จะทำให้ความมั่นคงทางอารมณ์ของลูกถูก ทำลายไปเรื่อยๆ

เวลาหนูอารมณ์ดี พ่อแม่อารมณ์ดี หนูก็รู้สึกคล้ายจะมีค่า...

แต่พอหนูเกรี้ยวกราด พ่อแม่ก็มีท่าที่ร้ายกาจยิ่งกว่า... คง ห้ามไม่ได้ที่หนูจะเชื่อว่าตนเองไม่ดีพอสำหรับความรักของพ่อแม่

หนูรู้ว่าหนูผิด แต่หนูก็ควบคุมตัวเองไม่ได้... เหมือนที่พ่อแม่ก็ คุมตัวเองไม่อยู่

หนูเริ่มไม่แน่ใจว่าหนูร้ายขนาดนี้ พ่อแม่จะยังรักหนูไหม...

หนูจึงต้องเริ่มทดสอบพ่อแม่และสิ่งแวดล้อม... ด้วยการงอน และน้อยใจ จนกลายเป็นนิสัยหรือพฤติกรรมที่เคยชิน

ยังไม่หมดคะ ยังไม่หมด

สถานการณ์ที่เกี่ยวข้องกับปัญหาการสื่อสารและปัญหา ความไม่มั่นใจในคุณค่าแห่งตนเองจะมีเหตุปัจจัยที่สามเข้ามาซ้ำเติม ปัญหาให้หนักหน่วงขึ้นอีกได้

เหตุปัจจัยที่ว่านั่นก็คือ บุคลิกท่าทีของคุณพ่อคุณแม่ที่เป็น ตัวอย่างคนใจน้อยแสนงอนเสียเอง

หากต้นแบบที่ หนูน้อยรักและผูกพันแสดงท่าทีกระพืด กระเพียดหรือเฉยเมยเย็นชาเวลาโกรธหรือเสียใจ แทนการรู้จัก ละวางอารมณ์แล้วบอกกล่าวกันด้วยท่วงท่าถ้อยที่ถ้อยอาศัยหรือ พยายามปรับความเข้าใจกัน เมื่อไม่มีตัวอย่างที่ดีงามให้แก่เด็กๆ เพราะผู้ใหญ่แม้ว่าดีแต่ยึดมั่นถือมั่นกับค่านิยมของการไม่ยอมลงให้ใคร

พ่อหนูแม่หนูก็อาจซึ่มซาบเรียนรู้อะไรถึงการเผชิญปัญหาแบบผิดๆ ตาม  
ไปด้วย

หันไปทางพ่อ ก็เจอพ่อใจน้อย

หันไปทางแม่ ก็เจอแม่แสนงอน

แล้วหนูจะหนีพ้นความช่างน้อยใจไปได้อย่างไรเล่า

สุดท้ายก็ต้องมาเป็นคนไข้ของบ้าหมอกันทั้งครอบครัว

ไม่เอาน่า... บ้าหมอมีคนไข้เยอะแล้ว ช่วยกันลดจำนวน  
ครอบครัวคนใจน้อยในห้องตรวจจิตเวชกันดีกว่า นะคะ