



ปัจจัยแปด...

ที่ทำให้การอบรมสั่งสอนมีพลัง

www.elternbildung.ch



มีพลัง ด้วยการ อบรมสั่งสอน

สารบัญ

บท	หน้า
คำนำ	3
การอบรมสั่งสอน คืออะไร ?	4
ปัจจัยแปด ที่ทำให้การอบรมสั่งสอนมีพลัง	6
การอบรมสั่งสอน คือ ให้ความรัก	8
การอบรมสั่งสอน คือ ให้โต้เถียงทะเลาะกันได้	9
การอบรมสั่งสอน คือ รู้จักรับฟัง	10
การอบรมสั่งสอน คือ รู้จักขอบเขต	11
การอบรมสั่งสอน คือ ให้มีอิสระเสรี	12
การอบรมสั่งสอน คือ แสดงความรู้สึก	14
การอบรมสั่งสอน คือ มีเวลาให้	16
การอบรมสั่งสอน คือ ให้กำลังใจ	17
คำแนะนำ และช่วยเหลือ สำหรับครอบครัวที่เข้มแข็ง	18
การรณรงค์ „มีพลังด้วยการอบรมสั่งสอน“	19

คำนำ

ขณะนี้ มีการพูดถึงเรื่องการอบรมสั่งสอน เป็นอย่างมาก บางคนก็บอกว่า กำลังอยู่ในสภาพวิกฤติ โดยยุคตัวอย่างด้วย บางคนก็เชื่อว่า ไม่มีการอบรมสั่งสอนอีกแล้ว คนที่ถูกหาวาผิด –แล้วแต่โอกาส- คือ ครูผู้หนึ่ง ผู้อบรมพ่อแม่ นักการเมือง สื่อสารมวลชน หรือ โลกทั้งโลก แต่ส่วนผู้ที่ทำหน้าที่อบรมสั่งสอน อยู่ทุกเมื่อเชื่อวัน วาอย่างไรบ้าง ? การอบรมสั่งสอน เขาขึ้นตกต่ำมาจริงๆหรือ การอบรมมีบทบาทอย่างไรในโลกสื่อสารมวลชนปัจจุบัน ? มีผลชีวิตหรือไม่ ? คุ่มค่าหรือไม่ ? และมีด้านดีสวยงามหรือไม่ ?

ในบร็อชัวร์นี้ เราขอแนะนำให้คุณรู้จัก „ปัจจัยแปด“ ที่การอบรมสั่งสอนทำให้เข้มแข็ง” โดยมุ่งจะช่วยเหลือ แนะนำทางพ่อแม่ ครอบครัว และทั้งบุคคลอื่นๆ ที่มีอาชีพ หรือทำการ กิตติมศักดิ์ หรือส่วนตัว ที่เกี่ยวข้องกับเด็กและเยาวชน ในชีวิตประจำวัน

ผู้เชี่ยวชาญในแขนง จาก นูร์นแบร์ก ได้คิดร่างรากฐานสำคัญในการอบรมสั่งสอน แปดข้อ และดำเนินการรณรงค์ในภาคปฏิบัติ ฝ่ายงานการอบรมบิดามารดา ซีเอส ได้ซื้อลิขสิทธิ์เพื่อพิมพ์เผยแพร่ในประเทศสวีตเซอร์แลนด์ ถึงแม้ว่าสภาพครอบครัวโดยทั่วไปในสวีตเซอร์แลนด์จะมีความแตกต่างไปบ้าง - เนื้อหาได้ปรับให้เข้ากัน - แต่ว่ารากฐานสำคัญในการอบรมสั่งสอนก็ยังคงอยู่สมบูรณ์ และใช้ได้ทุกข้อ



การอบรมสั่งสอน คืออะไร ?

ก่อนอื่น: การอบรมสั่งสอน ไม่ใช่เป็นหน้าที่ของพ่อแม่เท่านั้น แต่เป็นหน้าที่ ของทุกคน เพราะเป็นหน้าที่ของสังคมทั้งหมด การอบรมสั่งสอน ควรจะทำให้เด็ก เข้มแข็ง ในหลายๆด้าน : เพื่อกำหนดชีวิตของตนเองเพื่อเผชิญกับการท้าทาย เพื่อมีความสัมพันธ์ เพื่อดูแลเมื่อป่วยไข้ เพื่อยอมรับความเห็นของผู้อื่นและอื่นๆ อีกมากมาย ชั้นแรก มีจุดหมายคือเลี้ยงดูเด็ก ให้สิ่งจำเป็นในชีวิต เด็กต้องการอาหาร เสื้อผ้า ความอบอุ่นใจ และโอกาสที่จะเรียนรู้โลก ส่วนหนึ่งของการอบรมสั่งสอน คือ ให้โอกาสเด็กหญิงชายเรียนรู้ แสดงความสามารถ เด็กๆจะต้องเรียนรู้ มีประสบการณ์เอง ในการเติบโต ต้องมีผู้คอยอยู่เคียงข้างที่มั่นคง เพื่อเด็ก จะได้เข้าอยู่ เป็นส่วนหนึ่งในสังคมของเรา

รอบข้างตัวเด็ก จะมีผู้เป็นตัวอย่างสำหรับเด็กมากมาย: พ่อแม่ ผู้อบรม ที่โรงเรียนอนุบาล โรงเรียน บ้านรวมเด็กหรือที่พบปะสำหรับเยาวชน ซึ่งเป็นสิ่งที่ เด็กพบเห็นอยู่ทุกวัน แต่บุคคลต่างๆจากสื่อมวลชนก็มีบทบาทเช่นกัน ผู้ที่สำคัญที่สุด คือผู้ใหญ่ ที่เด็กอยู่และเติบโต ดังนั้น ความประพฤติของ ผู้ใหญ่อ้างว่า มีความสำคัญเป็นพิเศษ

พ่อแม่เป็นผู้รับผิดชอบประโยชน์สุขของเด็กที่สำคัญที่สุด เพราะฉะนั้น การอบรมสั่งสอน ถือว่าเป็นหน้าที่ของพ่อแม่ และขณะเดียวกัน ก็เป็นสิทธิของพ่อแม่ด้วย เด็กมีสิทธิที่จะเติบโตในสภาพแวดล้อมที่ดี ผู้อบรมสั่งสอน ก็มีสิทธิที่จะได้รับความช่วยเหลือจากส่วนรวมเช่นกัน

เพื่อให้พ่อแม่จะอบรมสั่งสอนเด็กได้ผล พ่อแม่จำเป็นต้องมี

- สภาพแวดล้อมที่ดี: ครอบครัวต้องมีที่อยู่อาศัยขนาดเพียงพอ มีงานทำมั่นคง ได้รับความช่วยเหลือด้านการเงิน มีผู้ช่วยดูแลเด็กหากจำเป็น และมีสภาพ รอบข้างที่ยินดีต้อนรับครอบครัว
- ได้รับความช่วยเหลือแบ่งเบาภาระ: พ่อแม่มีสิทธิได้รับการแบ่งเบาภาระ เป็นครั้งคราว บางครั้ง ครอบครัวแต่ละครอบครัว ต่างช่วยเหลือกันได้ นอกจากนี้ ก็ยังมี เพื่อผู้ เพื่อนร่วมงาน ญาติพี่น้อง และเพื่อนบ้าน ที่มีบทบาทสำคัญ ที่จะเข้าใจครอบครัว และคอยให้คำแนะนำและให้ ความช่วยเหลือ หากทางครอบครัว บางครั้ง เกิดหมดหนทางที่ จะอบรมสั่งสอน ก็ไม่ใช่เรื่องน่าอับอาย หน่วยช่วยเยาวชน หน่วยเสนอ การศึกษาแก้ปัญหาบรรดา หน่วยให้คำปรึกษามีภรรยา และครอบครัว ยินดีที่จะให้ความช่วยเหลือ และช่วยเหลือเฉพาะราย

การให้การศึกษอบรม เป็นขบวนการที่มีชีวิตชีวา น่าตื่นใจ บางครั้งอาจจะ เป็นภาระหนักหน่วง แต่โดยที่สุดแล้ว เป็นสิ่งที่สนุก และสำคัญ สำหรับสังคม หากให้การอบรมสั่งสอน อย่างใส่ใจ โลกจะได้อะไรๆจากเด็กๆ เป็นอย่างมาก และเด็กๆ ก็จะได้ประโยชน์จากโลกอย่างมากเช่นกัน



ปัจจัยแปดข้อ ที่ทำให้ การอบรมสั่งสอน มีพลัง

การอบรมสั่งสอน ที่ “มีพลัง” เป็นอย่างไร ?
ทุกวันนี้ มีนิตยสารหนังสือท่อมตันที่มีคำแนะนำต่างๆ
ให้พ่อแม่เลือกเอาได้ ทางเราจึงไม่
ประสงค์ที่จะให้คำแนะนำในการอบรมสั่งสอน
เพิ่มขึ้นอีก ทีมการณรงค์ “มีพลังด้วยการอบรมสั่งสอน”
ได้รวบรวมแก่นในการนี้ เป็นแปดข้อ ซึ่งแสดง
คุณลักษณะสำคัญของ “การอบรมสั่งสอน
ที่มีพลัง”



...ให้ความรัก

...ให้โต้เถียงทะเลาะกันได้

...รู้จักรับฟัง

...รู้จักขอบเขต

...ให้มีอิสระ เสรี

...มีการแสดงความรู้สึก

...มีเวลาให้

...ให้กำลังใจ

การอบรมสั่งสอน คือ



การอบรมสั่งสอน คือ... ให้ความรัก

การให้ความรักเด็ก หมายถึง ยอมรับเด็กอย่างที่มันเป็นอยู่และแสดงให้เด็กทราบข้อนี้ เด็กและวัยรุ่น ต้องการความรู้สึกอบอุ่นใจ เพื่อที่จะพัฒนาความมั่นใจในตนเอง ไม่กลัวที่จะเรียนรู้จุดแข็งและจุดอ่อนของตน แต่บางที แม่ หรือพ่อ ไม่สามารถที่จะแสดงออกว่ารักเด็ก เพราะฉะนั้น จะทำอย่างไร เพื่อให้ความรักต่อเด็ก ?

- วิธีที่ตรงไปตรงมาที่สุดที่จะแสดงความรักชอบพอ คือการให้ตัวอยู่ใกล้ๆ ให้ความอบอุ่น และสัมผัส อาจจะโอบกอด หรือเกาหลังให้เบาๆ มองตอบเด็กด้วยสายตาที่ใจดี จดจุมูกเบาๆหรือเคาะเบาๆที่ไหล่ เด็กทุกคนจะรู้ทันทีว่าหมายความว่าอะไร
- เมื่อเด็กโตขึ้นมากเท่าไร การใช้วิธีอื่นแสดงความรักก็สำคัญมากขึ้นเท่านั้น ที่นเอง - ชายและหญิง ชอบที่จะให้โอบกอดบ้าง ถึงแม้ว่า โตขึ้นอีกหน่อย อาจจะหาคนอื่นเพื่อจุมูกอดได้
- ต้องมีเวลาให้เด็ก ให้ความสนใจ และปลอบโยน พิสูจน์ให้เด็กรู้สึกได้ว่า พ่อแม่รักตนอย่างไร บอกเด็กว่า ชอบและภูมิใจในตัวแก ไม่ว่าเด็กจะเก่งหรือไม่
- การให้ความรัก ไม่ได้หมายความว่า ผู้ใหญ่ จะขอยู่เฝ้าอยู่ข้างๆบ้างไม่ได้ และไม่ได้หมายความว่า ห้ามเด็กไม่ได้

การอบรมสั่งสอน คือ... ให้โต้เถียงทะเลาะกันได้

การเกิดโต้เถียงกัน เกิดขึ้นได้ในทุกครอบครัว บางครั้งอาจจะดังไปบางนิดหน่อย มีการบอกว่า “ไม่” เพื่อทำตามจุดหมายของตน อดทนเมื่อมีเรื่องขัดกัน ยอมรับ ความต้องการของอีกฝ่าย พยายามทำให้เห็นด้วย ยอมตาม ประนีประนอม และกลับมาคืนดีต่อกันอีก หากเกิดทะเลาะกัน เด็กจะมีโอกาสเรียนรู้การปรับตัว เข้าสังคมที่สำคัญ การโต้เถียงทะเลาะ จะต้องหัดให้ถูกต้อง เพื่อที่จะแก้ปัญหาขัดแย้ง ไม่ได้ซึ่งเครียดกันมากขึ้น เราจะต้องทำตามหลักการต่อไปนี้ :

- ปกติแล้ว จะไม่มีเรื่องใดที่ห้ามพูด เด็กมีสิทธิที่จะแสดงความรู้สึกด้านไม่ดี เช่น ไม่ชอบ หรือโกรธ โดยไม่ถูกลงโทษ
- เวลาเถียงกันผู้ใหญ่ได้เปรียบกว่า เพราะฉะนั้น ผู้ใหญ่ ไม่ควรทำให้เด็กเจ็บด้วยคำพูดหรือใช้กำลัง แต่จะต้องเห็นความสำคัญในปัญหาของเด็ก
- ตราบใดที่สองฝ่ายไม่ได้โกรธกัน เมื่อโต้เถียงจบแล้ว แต่ละฝ่ายก็อาจคงมีความเห็นของตน ในกรณีนี้ ทั้งผู้ใหญ่และเด็ก จะฝึกตนให้มีใจกว้างยอมรับ
- เด็กๆอาจจะทะเลาะกันได้ โดยผู้ใหญ่ ไม่เข้ายุ่งด้วย แต่หากว่า เด็กไม่ยุติธรรม ต่อเด็กที่อ่อนแอกว่า เราก็ต้องเตือนเด็กอย่างนุ่มนวลแต่ชัดเจน ให้แก่เห็นใจอีกฝ่าย
- ผู้ใหญ่ เป็นตัวอย่างที่สำคัญ ถ้าเด็กเห็นว่า เวลาผู้ใหญ่โต้เถียงกัน ผู้ใหญ่ทำโดย มีความเคารพต่อกัน เด็กก็จะเรียนรู้ และทำตาม เด็กจะรู้สึกไม่สบายใจเมื่อรู้สึกว่ามีข้อขัดแย้งที่ซ่อนอยู่ในครอบครัวหรือเห็นการทะเลาะตบตี หรือมีการด่าว่าที่ทำให้ เจ็บใจในครอบครัวผู้ใหญ่ อาจจะอธิบายให้เด็กฟังได้ว่า เถียงกันเรื่องอะไร แล้วแต่อายุของเด็กโดยไม่ต้องให้เด็กเข้าข้างใดข้างหนึ่ง
- สิ่งที่สำคัญเท่ากับ การทะเลาะกันได้ก็คือ การกลับคืนดีกันได้ หากเกิดทะเลาะกัน โดยหาทางออกไม่ได้ พ่อแม่ก็อาจจะช่วยให้คำปรึกษาเด็กได้ เมื่อเกิดทู่เถียงในครอบครัว ก่อนที่จะเข้านอน ก็ควรจะกลับคืนดีกันก่อน





การอบรมสั่งสอน คือ... รู้จักรับฟัง

การรับฟัง คือ ฟังและให้ความสนใจ เข้าพิจารณาปัญหาที่พูด เด็กที่กำลังโตเป็นผู้ใหญ่ ทุกวัน ๆ จะมีประสบการณ์ ใหม่ๆ และต้องปรับตัวให้เข้ากับสังคม จึงจำเป็นที่จะต้องพูดให้ผู้ใหญ่รับฟังเป็นพิเศษ ในชีวิตประจำวันของทุกคนรอบตัว ควรจะเปิดโอกาสให้มีการพูดคุยกัน อาจจะเป็นการชุมนุมสมาชิกครอบครัว หรือ ทำกันเสมอจนเป็นธรรมเนียม คือ รับประทานอาหารเย็นร่วมกัน หรือนำเด็กๆ เขานอน การรับฟังอาจไม่ใช่ของง่าย แต่ก็มีสิ่งที่จะช่วยได้คือ :

- บางที เริ่มต้นไม่น่าสนใจ แต่จบประโยคอาจมีเนื้อความที่ไม่คาดหมาย เพราะฉะนั้น ปล่อยให้คนอื่นพูดให้จบเสียก่อน !
- การให้ความเห็น หรือคำแนะนำเร็วเกินไป จะไม่ช่วยแก้ปัญหา เด็กรู้สึกว่าคุณใหญ่จริงจังด้วย ถ้าพ่อแม่หาทางแก้ปัญหาด้วยกัน
- เพื่อที่จะไม่ให้เกิดการเข้าใจผิดกัน แรกเริ่มทีเดียว แต่ละฝ่าย ควรถามว่า เข้าใจอย่างนี้ ถูกหรือไม่
- การพูดจากันที่ดี ไม่ควรเหวี่ยงความสนใจไปที่อื่น เช่น ควรปิดโทรทัศน์ ไม่รับโทรศัพท์ !
- ถ้าเด็กเล่าสิ่งที่พบเห็นมาละเอียดมากมายเกินไป ผู้ใหญ่ก็อาจขัดจังหวะได้ เด็กที่พูดน้อย ควรจะให้กำลังใจให้พูด โดยเฉพาะอย่างยิ่ง เด็กที่เงียบผิดปกติ

การอบรมสั่งสอน คือ... รู้จักขอบเขต

สำหรับพ่อแม่ หลายๆคน สิ่งที่สำคัญมากที่สุด คือ สอนเด็กให้รู้จักขอบเขต โดยต้องทำอย่างสม่ำเสมอจนกลายเป็นนิสัย แต่ข้อนี้ ก็เป็นจุดท้าทายที่ใหญ่ที่สุด ในการอบรมสั่งสอน เด็กและวัยรุ่น เป็นแชนเปียนแต่กำเนิด ในการทดสอบความเสมอต้นเสมอปลายและความอดทนของพ่อแม่ เด็กจำเป็นต้องรู้จักขอบเขตด้วยเหตุผลสองข้อ: ข้อแรก เพื่อป้องกันอันตรายทั้งในและนอกบ้าน อีกข้อคือ ขอบบังคับที่มีเหตุผลและเห็นได้ชัด ทำให้เด็กมีความมั่นใจ บางที ผู้ใหญ่อาจรู้สึกลำบากใจ ที่จะขัดใจเด็ก แต่สำหรับพ่อแม่และเด็ก เมื่อมองระยะยาว จะเป็นการง่ายกว่ามากที่ทราบว่าจะขอบเขตอยู่ที่ไหน และในการนี้ ก็ควรมีกฎในการปฏิบัติ:



- ต้องวางขอบเขตให้ชัดเจน ผู้ใหญ่ ต้องไตร่ตรองแต่แรกว่า ทำไม จึงวางกฎนี้ไว้ เด็กที่โตหน่อย จะเข้าใจข้อเสนอสื่อและข้อห้ามได้ดีกว่า หากผู้ใหญ่อธิบายเหตุผลประกอบ
- หากใครวางกฎได้ไว้ ก็จะต้องทำตามกฎนั้นด้วย นั่นไม่ได้หมายความว่า มาว่า หรือป๊า ต้องเข้านอนพร้อมเด็กเมื่อเล่านิทาน “ชั้นดึ่มมัน” จบแล้ว แต่ถ้าเป็นเรื่องอุปนิสัยเป็นประจำ พ่อแม่เป็นตัวอย่างที่ดีที่สุด
- หากใครวางกฎได้ไว้ และไม่ทำตามกฎนั้นด้วย กฎก็จะไม่มีความหมาย การทำเสมือนต้นเสมอปลาย ทำให้เกิดความไว้วางใจ และเด็กจะมีความรู้สึกว่าผู้ใหญ่จริงจังกับตน
- หากเด็กทำเกินขอบเขตที่กำหนด ผู้ใหญ่ควรจะมีปฏิกริยาโต้ตอบที่ชัดเจน และเหมือนกัน เด็กทราบได้ว่า ตนทำอะไรได้หรือไม่บ้างถ้ากฎต่างๆที่พ่อแม่ หรือบุคคลอื่นๆที่ช่วยอบรมสั่งสอน ตั้งไว้คล้ายๆกัน ถึงแม้ว่า จะมีวิธีการอบรมต่างกัน บางที คำพูดชัดๆว่า “ไม่” หรือคำเตือน ก็ไม่เพียงพอ ถ้าจำเป็นจะต้องใช้ วิธีการดุด่าอย่างอื่น จะต้องทำทันทีในสภาพที่เกิดขึ้น โดยมาก เด็กจะเข้าใจอย่างดี ว่า “ทำโทษเพราะทำผิด”
- แต่พ่อแม่เอง ก็ต้องมีขอบเขตในการอบรมสั่งสอน ที่ต้องห้ามคือ การใช้กำลัง ทุกประเภท ในที่นี้ ไม่ใช่เฉพาะการตีเท่านั้น หมายถึงการใช้กำลังกดขี่ด้านจิตใจด้วย เช่น ไม่แสดงท่าทางว่ารัก
- ไม่มีกฎใดที่ไม่มีข้อยกเว้น การยกเลิกกฎเพราะหมดความหมายหรือมีสภาพที่เปลี่ยนไปที่จะต้องปรับตัวให้เข้ากันไม่ถือว่า หมดการอบรมสั่งสอน เด็กและเยาวชน ไม่ได้หมดความนับถือกฎที่ตั้งไว้ หากเช่นว่า อนุญาตให้อนเด็กสักคน

การอบรมสั่งสอน คือ... ให้มีอิสระเสรี

เด็กต้องการที่ว่าง ที่ตนเองสร้างสรรค์ ด้วยตนเอง ตั้งแต่อายุหนึ่งขวบ เด็กต้องการที่ว่างมีอิสระของตนเองมากขึ้น เด็กจะเรียนรู้การกินอาหารเอง เขาห้องน้ำคนเดียว แยกอยู่กับพ่อแม่เป็นระยะเวลานานขึ้น ใช้จ่ายของตน ให้ถูกต้อง และอื่นๆมากมาย ที่ว่างสำคัญมากเพื่อให้เด็กดำเนินชีวิต โดยอิสระ มีความรับผิดชอบ และด้วยกำหนดทางชีวิตด้วยตนเอง เพื่อที่ว่า พ่อแม่จะตัดสินใจเลือก ระหว่าง ปล่อย หรือ คุ่มกัน ได้ง่ายขึ้น ก็ขอให้คำนึงถึงจุดต่อไปนี้ :



- จะต้องมีทดสอบที่ว่างเสียก่อน เด็กผู้หญิง เด็กผู้ชาย ที่มีส่วนร่วม ในชีวิตประจำวันในครอบครัว จะได้เรียนรู้ อย่างมากสำหรับชีวิตในอนาคตเด็ก ที่ได้สังเกตดู มาว่า ป๊าทำงานในบ้าน อีกหน้อยตนเองก็จะสามารถ อ่านแผนที่เมือง หรือซ่อมจักรยานเองได้
- เด็กจะเรียนรู้ความเป็นอิสระเป็นก้าวๆเด็กประถม ที่รู้จักใช้เงิน ติดกระเป๋าคอห้อย ซึ่งก็มีจำนวนนิดหน่อย พ่อเป็นเยาวชนก็จะ รู้จักการใช้จ่ายเงินในบัญชี เงินที่พ่อแม่ให้ติดกระเป๋าคอห้อย หรือ อาจจะเป็น เงินก้อนด้วยซ้ำ เด็กก็รู้จักจ่ายออกจากบัญชี ซื้อเครื่องเขียนและเสื้อผ้า
- ถ้าช่วยสนับสนุนเมื่อทดลองช่องว่างใหม่ๆ เด็กจะมีความมั่นใจทำ การที่ให้เด็ก มีโทรศัพท์มือถือ หรือ บัตรโทรศัพท์เพื่อการฉุกเฉิน จะช่วยให้เด็กอายุสิบเอ็ด ที่เดินทางเป็นครั้งแรก ไปหาเพื่อนหญิงที่อยู่อีกมุมเมือง ไม่ใช่เรื่องที่นากลัวสำหรับเด็ก และทำให้พ่อแม่ประสาทเสียน้อยลง
- ในเรื่องรสนิยม เด็กกับผู้ใหญ่ต่างสมัยกันจะไม่มีรสนิยมเหมือนกันเสมอไป ไม่ว่าจะเป็นเรื่องงานอดิเรก แฟชั่นผม หรือเพื่อนฝูง โดยทั่วไป ควรให้เด็กตัดสินใจเอง – ตราบใดที่ไม่เกินขอบเขตที่พ่อแม่กำหนดไว้ แต่ความใจกว้างยอมรับ มีขอบเขตเมื่อเป็นเรื่องของประโยชน์สุขของเด็ก หากเด็กซึ่งกำลังโตเป็นผู้ใหญ่ เริ่มสูบบุหรี่ ก็ไม่เป็นการส่งเสริมวิวัฒนาการของเด็ก
- เด็กจำนวนมาก เมื่อแตกเนื้อหนุ่มสาว จะต้องการอิสระมากขึ้นทันที เด็กที่เคยว่าง่าย กลับต่อต้านข้อกำหนดของพ่อแม่ เพื่อที่ว่า จะไม่รู้สึกถูกดัดขาด เด็กผู้หญิงผู้ชายที่กำลังแตกเนื้อหนุ่มสาว จะต้องมีการสนทนาว่า ไม่มีความอิสระใดๆที่ไม่ใช่ขอบเขต แต่อีกด้านหนึ่ง พ่อแม่ ก็ควรช่วยเด็กให้เดินทางของตนเอง และเติบโตเป็นผู้ใหญ่

การอบรมสั่งสอน คือ... แสดงความรู้สึก

ความรักและความยินดี โศกเศร้า ความเจ็บปวด โกรธ - ความรู้สึก เป็นส่วนหนึ่งของชีวิตครอบครัว เด็กจะแสดงความรู้สึกต่างกัน เด็กคนหนึ่งอาจจะเขาโอบกอดเพื่อแสดงความรับชอบพอ อีกคนหนึ่ง อาจจะวาดรูปให้แกคนแก่ที่รัก สำหรับเด็ก เป็นสิ่งสำคัญในการวิวัฒนาการ ที่เด็กจะต้องรู้ถึงความรู้สึกของตนเอง รู้ว่า ต้องทำอะไรเมื่อมีความรู้สึกนั้น ในที่นี้ ที่สำคัญคือ:

- ต้องให้เด็กแสดงความรู้สึกออกได้ ไม่ว่าทางด้านดีหรือด้านเสีย เด็กทุกคน มีสิทธิแสดงออกตามแบบของตน ไม่ว่าจะดังหรือ ค่อย ที่ห้ามเด็กขยาร้องไห้ ห้ามเด็กหญิงวิ่งเล่นดังๆนั้น หมดสมัยไปแล้ว
- บางทีผู้ใหญ่จะเห็นว่าไม่เหมาะที่เด็กจะแสดงอารมณ์แรงออกมา ก็จะสอนเด็กได้ว่า ให้สงบอารมณ์บ้างแต่เด็กจะต้องรู้ว่า สิ่งที่ไม่เหมาะสม ไม่ใช่ ความรู้สึกของเด็ก แต่เป็นวิธีแสดงออก
- เด็กต้องการให้ผู้ใหญ่เห็นความสำคัญของความรู้สึกของตน หากเกิดเหตุวิกฤติ ไม่ว่าใหญ่หรือเล็ก เด็กจะไม่สามารถทำได้เหมือนผู้ใหญ่บางคน ทางที่ดีที่สุดผู้ใหญ่ควรมีปฏิกิริยาตอบโดยใจเย็นไม่ตื่นตกด้วย
- เด็กผู้หญิงหรือผู้ชายบางคน เก็บเงียบเมื่อมีสิ่งกระตุ้นใจ ถ้าเด็กเกิดเจ็บหรือ ทำทางเศร้าผิดปกติ พ่อแม่ต้องหาสาเหตุ แม้กับเด็กที่ไม่ค่อยชอบออกตัว จะมีผลดีกับเด็ก ถ้าบางครั้งบางครั้งควรมีโอกาสพูดเปิดอกได้
- ในเรื่องความรู้สึกเด็กเล็กก็เรียนรู้จากผู้ใหญ่กัน ดังนั้น พ่อแม่ควรจะแสดงความรู้สึก ให้เด็กเห็นและอธิบายความรู้สึกนั้นให้เหมาะกับวัยเด็ก ผู้ใหญ่จะทำทางหลอกเด็ก ปิดความรู้สึกไม่สำเร็จ สำหรับเด็ก กลับเป็นเรื่องน่ากลัว ถ้าแกมีความรู้สึกว่ามีเรื่องผิดปกติ แต่ผู้ใหญ่ไม่บอกให้ทราบ พ่อแม่ ก็ไม่ต่างกับเด็กมากนัก คือ ไม่สามารถระงับอารมณ์โกรธพลุ่งพลาด ดังนั้น จึงสำคัญมากที่จะต้องบอก ขอโทษ การรับผิดชอบ ไม่ได้เป็นการแสดงความอ่อนแอ !





การอบรมสั่งสอน คือ... มีเวลาให้

การเล่น พุดคุย อ่าน ค้นพบโลก - ถ้ากระทำกันในครอบครัว เด็กจะเรียนรู้ได้อย่างมากสำหรับอนาคต เวลาที่ใช้ร่วมกัน ทำให้ความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่และเด็ก มันคง ขึ้น เด็กและเยาวชนมากมาย ประารถนาที่จะให้พ่อแม่มีเวลาให้มากขึ้น และจะทำได้ดังนี้ :

- การมีเวลาให้ ไม่ได้หมายถึงว่าต้องทำกิจกรรมใดที่เสียเงินแพงๆ ไปว่ายน้ำที่สระอบน้ำ เทียวสวนสัตว์ หรือขี่จักรยานเล่นกันทั้งครอบครัว เป็นสิ่งที่ เด็กชอบมาก การเล่นอดิเรกด้วยกัน เป็นโอกาสที่ดีที่ครอบครัวจะใช้เวลาร่วมกัน
- โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ในชีวิตประจำวัน เด็กต้องการเวลาและความสนใจ ในการนี้ จะทำสิ่งที่มีประโยชน์และสนุกได้พร้อมกัน การทำงานบ้านร่วมกัน จะเป็นของสนุกได้ หากไม่บอกว่า เป็นภาระหน้าที่ ที่ต้องทำ ครอบครัวบางครอบครัว ปิด “เครื่องฆ่าเวลา” เช่น โทรทัศน์ เกมสคอมพิวเตอร์ เป็นครั้งคราว ชั่วโมงที่ว่างนี้ ทำอะไรได้หลายอย่าง ถ้ามีหัวใจที่ดี
- พ่อแม่ ควรให้ความรักความสนใจต่อเด็ก โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อเด็กต้องการ เช่นเมื่อการบ้านยากเป็นพิเศษ หรือรถจักรยานเสียการอ่านนิทานก่อนนอนซึ่งทำสม่ำเสมอ จนเป็นพิธี อาจจะกินเวลามาก แต่สำหรับเด็ก ถือว่า เป็นสิ่งสำคัญมาก
- พ่อแม่ที่มีเวลาน้อยให้แก่ครอบครัวเนื่องจากอาชีพ ก็ไม่จำเป็นต้องมีความสำคัญผิดที่สำคัญกว่า คือ ใช้เวลาที่มีอยู่ ให้มีประโยชน์ร่วมกัน หากเวลาน้อยมาก ป่วยตายาย น้า อาหรือ เพื่อนๆ ก็อาจเข้าช่วยเป็นตัวแทนได้

การอบรมสั่งสอน คือ... ให้กำลังใจ

เด็กที่กำลังโตเป็นผู้ใหญ่ ต้องการกำลังใจและความมั่นใจในตนเองอย่างมาก เมื่อเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ และมีหน้าที่ที่ต้องเริ่มรับผิดชอบ เด็กจะเริ่มเรียนการรับผิดชอบ ปฏิบัติการให้บรรลุจุดประสงค์ของตนเอง และไม่ยอมให้ผู้อื่นทำให้เกิดลังเลๆ เพื่อที่เด็กจะเกิดความมั่นใจในตนเอง เด็กหญิงชาย จะต้องมีส่วนประกอบสองอย่าง: พอใจในสิ่งที่ตัวทำไว้ และ มีผู้อื่นยอมรับชมเชยผลงานที่ตนทำ พ่อแม่จะให้กำลังใจ เด็กได้อย่างไร ?

- เด็กต้องการให้คนรักตัวของตัวเอง ไม่ใช่รักเฉพาะความสามารถของตน เด็กมีกำลังใจได้อย่างเร็ว แต่ก็อาจเกิดความไม่มั่นใจในตนเองอย่างรวดเร็วได้เช่นกัน ดังนั้น ผู้ใหญ่จึงต้องระวังในเรื่องนี้
- ใครที่กำลังหาญมีกำลังใจ จะประสบความสำเร็จ ถ้าเด็กทดลองใดๆ การผิดพลาด เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้ ผู้ใหญ่อย่าถือรอยขีดข่วนหรืออุบัติเหตุเล็กๆ เป็นเรื่องใหญ่ เด็กจะมีกำลังใจถ้าได้เป็นผู้รับผิดชอบในสิ่งเล็กน้อย
- เด็กต้องการคำชมเชย ไม่เฉพาะเนื่องจากความสามารถเสมอไปที่ทำให้ผู้ใหญ่ชมเด็ก หากเด็กพยายามที่จะทำให้สำเร็จ ก็ควรได้รับความชมเพราะความพยายาม แต่คำชมจะต้องให้ แต่พอเหมาะ มิฉะนั้น จะไม่มีค่าหากมีผลสำเร็จ ที่ต้องชมจริงๆ
- การให้ความช่วยเหลือเล็กน้อย ป้องกันให้เด็ก ไม่ต้องโมโหโดยไม่จำเป็นเช่น เวลาซื้อของ ผู้ใหญ่ควรเลือกเสื้อผ้าชนิดที่เด็กสวมใส่ได้เองโดยลำพัง
- ในที่นี้ ก็เช่นกัน : ผู้ใหญ่ ที่ยอมรับผิดกับเด็ก ก็อนุญาตให้ทำผิดเองได้ เป็นครั้งคราว



คำแนะนำ และช่วยเหลือ สำหรับครอบครัวที่เข้มแข็ง

ไม่มีผู้ใหญ่คนไหนที่ควรจะเป็น “เครื่องย่นสั่งสอน” พ่อที่ดีสมบูรณ์แม่ที่ไม่ใช่พ่อตาหนึ่ เป็นฝันร้ายของลูกมากกว่า เพราะฉะนั้น สรุปแล้วเราก็กาลพอที่จะอยู่ในครอบครัวที่ไม่สมบูรณ์ พ่อแม่ทุกราย คงมีคราวหนึ่งคราวใดที่ถึงจุดหมดปัญญา และต้องการคนรับฟังปัญหาคนให้กำลังใจและให้ช่วงวาท

- ขอให้คุณยอมรับกับตนเอง เมื่อคุณหมดแรงที่จะหาทางแก้ปัญหา นั้นไม่ใช่เรื่องน่าอาย แต่เป็นก้าวที่กล้าหาญก้าวแรก
- ให้คุณพักผ่อนเป็นครั้งคราว หยุดพักหน้าที่อบรมสั่งสอนในชีวิตประจำวัน บางทีพักเพียงสองสามชั่วโมงในอาทิตย์ก็พอ –โดยไม่มีเด็ก- มีเวลาเป็นของตนเอง ไปว่ายน้ำ เรียนวิชาต่างๆในโรงเรียนผู้ใหญ่ หรือพบเพื่อนฝูง และเรื่องความสัมพันธ์กับชีวิต ก็จำเป็นต้องปรับปรุงสภาพเพื่อให้ทั้งครอบครัวมีชีวิตชีวา
- หากคุณต้องการความช่วยเหลือ ก็ขอให้เดินเข้าหาผู้อื่น เพื่อนบ้าน ญาติพี่น้อง หรือเพื่อนฝูง หรือไม่กี่หน่วยให้คำปรึกษาซึ่งยินดีจะช่วยคุณ

เราหวังว่า การรณรงค์ “มีพลังด้วยการอบรมสั่งสอน” นี้ จะช่วยเหลือคุณได้บ้าง นอกจาก “ปัจจัยแปด” ที่ให้การอบรมสั่งสอนมีพลัง” เราขอเพิ่มเนื้อความอีกสองข้อคือ: ขอให้ใช้สามัญสำนึกตามธรรมดา และ หยุดด้วยอารมณ์ขันสักนิด จะทำให้การอบรมสั่งสอนในชีวิตประจำวัน ดำเนินไปอย่างสะดวกสบาย



เข้มแข็งด้วยการอบรมเลี้ยงดู

“เข้มแข็ง ด้วยการอบรมเลี้ยงดู” ต้องการเสริมสร้างความเข้มแข็ง ให้แก่บิดามารดาและผู้ปกครองในเรื่องภาระหน้าที่การอบรม เลี้ยงดูบุตร และทำให้การอบรมเลี้ยงดูบุตรเป็นเรื่องง่ายขึ้นด้วย “สิ่งที่เสริมสร้างความเข้มแข็งให้แก่การอบรมเลี้ยงดูแปด ประการ” ซึ่งจะเกิดขึ้นในระดับต่างๆ คือ

- ข้อมูลที่ตอบคำถามรอบด้านเกี่ยวกับการอบรมเลี้ยงดูบุตร
- แสดงการเสนอความช่วยเหลือ ข้อมูลข่าวสาร และให้ คำปรึกษาสำหรับครอบครัว
- รายการสนทนากฎหมายทั่วไปในหัวข้อการอบรมเลี้ยงดูบุตร ในฐานะที่เป็นภาระหน้าที่ของสังคม
- การรับรู้และการส่งเสริมครอบครัวในประเทศสวิตเซอร์แลนด์

โปรดใช้ประโยชน์จากรายการการศึกษาสำหรับบิดามารดา และรายวิชาต่างๆ ในภูมิภาคของท่าน ท่านจะดูรายการที่น่าเสนอในขณะนี้ได้ที่เว็บไซต์ของเรา ที่

www.elternbildung.ch/elternangebote.html

Elternbildung CH
Steinwiesstr. 2, 8032 Zürich
โทรศัพท์: 044 253 60 60
อี-เมล: info@elternbildung.ch

ลิงค์ที่มีประโยชน์

รายวิชาการศึกษาสำหรับบิดามารดา และรายการต่างๆ
การอบรมเลี้ยงดูบุตรแต่ผู้เดียว
คำถามเกี่ยวกับงบการเงิน
บิดามารดาในสภาวะฉุกเฉิน
การทดสอบการเสริมความเข้มแข็งของบิดามารดา
โทรศัพท์ฉุกเฉินสำหรับบิดามารดา
องค์กรสำหรับบิดามารดา
ครอบครัวต่างวัฒนธรรม
การคุ้มครองผู้เยาว์ ของสวิตเซอร์แลนด์
การให้คำปรึกษาแก่บิดาและมารดา
เพื่อครอบครัว
เพื่อเยาวชน
เด็กทารกที่ร้องอแง
โรงเรียน และบ้านบิดามารดา
กลุ่มการเล่น
สิ่งเสพติด สวิตเซอร์แลนด์
ครอบครัวระหว่างวัน สวิตเซอร์แลนด์
บิดา
สมาคมอนุบาลแห่งสวิตเซอร์แลนด์
ความเข้ากันได้ระหว่างชีวิตการทำงานกับครอบครัว
คำถามต่างๆ
บุตรแฝด

ดูรายการหนังสือที่ควรอ่านได้ที่เว็บไซต์ของเรา



ช่วยเหลือครอบครัวที่มีบุตรในชีวิตประจำวัน

เปอร์เซนต์วัฒนธรรม Migros ช่วยเหลือผู้เข้ามาตั้งถิ่นฐานใน ประเทศสวิตเซอร์แลนด์ ด้วยโครงการ conTAKT โครงการบูรณาการ conTAKT-kind.ch เน้นความสำคัญของ เด็ก บิดามารดา การส่งเสริมพัฒนาการของเด็กตัวน้อย และช่วยตอบประเด็นปัญหาในเรื่องการอบรมเลี้ยงดูบุตร

โครงการ conTAKT ของ เปอร์เซนต์วัฒนธรรม Migros หยิบยกหัวข้อการใช้ชีวิตประจำวันกับบุตรและการอบรมเลี้ยงดูบุตรขึ้นมาอภิปราย รวมทั้งกระตุ้นและส่งเสริมให้ผู้เข้ามาตั้งถิ่นฐานมีส่วนร่วม กับสังคมสิ่งแวดล้อมอย่างสร้างสรรค์

- conTAKT-spuren.ch นำหัวข้อการย้ายถิ่นฐานเข้าสู่โรงเรียน เว็บไซต์นี้บรรจุความรู้ภูมิหลังที่สำคัญเกี่ยวกับประวัติ การตั้งถิ่นฐานของประเทศสวิตเซอร์แลนด์
- conTAKT-menu.ch เสนอวัสดุการศึกษาเรื่องอาหารที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพ
- ที่ conTAKT-net.ch เปอร์เซนต์วัฒนธรรม Migros ได้จัดเตรียมชุดข้อมูลข่าวสาร เพื่ออธิบายเรื่องการใช้ชีวิตประจำวันในชุมชนให้เข้าใจได้ง่าย ซึ่งรวมทั้งข้อมูลโดยละเอียดเกี่ยวกับโรงเรียนและการอบรมเลี้ยงดูบุตรด้วย

รายการในโครงการ conTAKT ของ เปอร์เซนต์วัฒนธรรม Migros ทั้งหมดเป็นรายการที่เข้าร่วมได้โดยไม่คิดมูลค่า เปอร์เซนต์วัฒนธรรม Migros เป็นกลุ่มของผู้ย้ายเข้ามาตั้งถิ่นฐานที่อาสาสมัคร ทำงานร่วมกัน จัดตั้งขึ้นตามระเบียบที่วางไว้ เพื่อประกอบกิจกรรม ด้านวัฒนธรรม สังคม การศึกษา สันทนาการ และเศรษฐกิจ

รายละเอียดโครงการทั้งหมด ดูได้ที่: www.contakt.ch

www.elternbildung.ch
www.einelternfamilie.ch
www.budgetberatung.ch
www.mueterhilfe.ch
www.elternbildung.zh.ch/elternstaerketest
www.elternnotruf.ch, Tel. 044 261 88 66
www.sveo.ch
www.binational.ch
www.kinderschutz.ch
www.mueterberatung.ch
www.profamilia.ch
www.projuventute.ch
www.schreibbabyhilfe.ch
www.schule-elternhaus.ch
www.spielgruppe.ch
www.suchtschweiz.ch/aktuell
www.tagesfamilien.ch
www.vaeter.ch
www.kitas.ch
www.plusplus.ch
www.familienhandbuch.de
www.zwillinge.ch



elternbildung.ch