

อย่าเลี้ยงลูกให้มีอำนาจ [เหนือพ่อแม่] By พญ.สาริณี

■ นำเสนอเมื่อ 20 พ.ย. 2559

คำว่าอำนาจเหนือพ่อแม่ ก็น่าจะหมายถึงการที่พ่อแม่ “ควบคุม” พฤติกรรมเด็กไม่ได้ แม้แต่กับเรื่องทั่วไปในชีวิตประจำวัน สุดท้ายต้องลงเอยด้วยการใช้ “ความรุนแรง” ไมทางใดก็ทางหนึ่ง พ่อแม่หลายคู่อาจต้องใช้ทั้งคำพูดรุนแรง และความรุนแรงทางกายกับลูกๆ จึงจะสามารถให้ลูก ทำหรือไม่ทำ แบบที่พ่อแม่ร้องขอได้ แหน่อนวปัญหาหลัก คือ พ่อแม่ขาด “ความรู้” ขาด “ทักษะ” และขาด “ความมุ่งมั่น ตั้งใจ” ในการเลี้ยงดูเด็ก

แต่ความรู้ที่หมอยากแบ่งปันในบทความนี้ เป็นสิ่งที่ลืกลืมไปอีก เพื่อความเข้าใจที่กระจ่างขึ้นว่า ความรู้ฉันท์ว่าฉันมี ความตั้งใจก็คิดว่าอยู่ในระดับไหนได้ ทักษะก็พยายามฝึกฝนอย่างที่ผมเชื่อว่าเขาแนะนำ แล้วทำไมลูกจึงยังพูดยาก ไม่เห็นหวานอ่อนสอสงาย เหมือนลูกบางบ้านเลย

จากการทำงานกับพ่อแม่และเด็กๆ มานาน หมอพบ “เบื่องลึกลับ” ที่ซ่อนอยู่ภายใต้เรื่องราวที่คนทั่วไปเข้าใจว่า บ้านนั้นโชคดี บ้านนั้นโชคดี พวกเขาจำนวนมาก “ปักใจ” ว่า พ่อแม่มีบุญ จะมีเด็กหวานอ่อนสอสงายมาเกิดเป็นลูก ลองมาดูกันหน่อยว่า เรื่องราวที่ซ่อนอยู่ในชีวิตครอบครัว มีส่วนใดตรงกับของเรบ้าง

พูดให้เข้าใจง่ายขึ้นอีกนิด คือ ถ้าบ้านไหน มีปัญหาภายในครอบครัว เป็นลักษณะแบบนี้ บ้านนั้นจะมีลูกๆ ที่มีแนวโน้มมีอำนาจเหนือพ่อแม่ไปด้วย

บ้านที่ 1 พ่อแม่มีปัญหา “ความสัมพันธ์” ระหว่างกัน ค่อนข้างรุนแรง หรือไม่กี่ยึดเยื้อเรื้อรัง ซึ่งรวมถึง “สงครามเย็น” การไม่ยอมพูดคุยยอมจากกัน อะไรก็ตามแต่ ที่ทำให้สามีภรรยาขัดแย้งกันเรื่อยๆ หรืออาจถึงขั้นตลุดเวลา และกินเวลาเนิ่นนานมาแล้ว จะพบได้บ่อยว่า พ่อแม่สอนลูกได้ยากเอา่มากๆ ลูกเอาชนะพ่อแม่ได้เสมอ ในบ้านมีแต่ความปั่นป่วนวุ่นวาย

บ้านที่ 2 พ่อแม่ไม่สามารถดูแล อบรมลูกๆ ได้อย่างเต็มเม็ดเต็มหน่วย ซึ่งคนเกือบทั้งหมดใช้คำว่า “ไม่มีเวลา” ไม่ว่าจะด้วยความจำเป็นจากหน้าที่การงาน การเงิน หรือเกี่ยวกับสุขภาพ

บ้านที่ 3 พ่อแม่ให้ความสำคัญ “ผิดลำดับ” และอยากได้หลายอย่างในเวลาเดียวกัน อยากต่อป.โทไปด้วย ทำงานไปด้วย มีลูกเล็กไปด้วย อยากขยายรณาค่าไปพร้อมๆ กับการมีลูกคนที่สองหรือสาม อยากเลื่อนขั้นด้วยการไปประจำที่ต่างจังหวัด ขณะที่ลูกเพิ่งคลอดออกมาไม่นาน

ถามว่าทำไมบ้าน 3 แบบนี้ ถึงทำให้ลูกมีอำนาจเหนือพ่อแม่ได้ง่ายๆ เหตุผลคือ

1. ความไม่ปรองดองระหว่างสามีภรรยา อยู่ในสายตาและความรู้สึกของคนเป็นลูกเสมอ

ความไม่ลงรอยตรงนั้น เป็นต้นแบบชั้นเลิศที่ทำให้เด็ก “เลือกปฏิบัติ” ภรรยาไม่โห่สามีเรื่องเล่นเกมไม่รู้จักเวลา สามีก็โกรธตอบด้วยการเล่นเกมไม่ยอมเลิก ลูกจึงเอาอย่างบางเพราะเห็นว่าพ่อยังทำได้ เป็นต้น ความขัดแย้งยังเนิ่นนาน หรือทวีความรุนแรงตามกาลเวลา ยิ่งก่อให้เกิดการ “ไม่เชื่อฟัง” และไม่ยอมร่วมมือกับวินัยในชีวิตประจำวัน สุดท้าย พ่อแม่ก็จัดการอะไรไม่ได้สักอย่าง

2. ลูกที่ใช้เวลากับพ่อแม่น้อยเกินไป จะสร้างความสัมพันธ์ที่เหนียวแน่นต่อกันระหว่าง พ่อ-แม่-ลูก

ได้ยาก

เมื่อลูกไม่รู้สึกรู้ว่าพ่อแม่เข้าใจความคิด ความรู้สึกที่แท้จริงของเขา เวลาขอให้เขาทำอะไรบางอย่าง ที่อาจต้องฝืนความรู้สึก หรือต้องใช้ความพยายาม เขาจะไม่ค่อยร่วมมือเท่าที่ควร พ่อลูกไม่ทำตาม พ่อแม่ก็ไม่พอใจ การแสดงความไม่พอใจด้วยการดุด่า ตี ก็ยิ่งทำให้เด็กรู้สึกไม่ดี เมื่อลูกรู้สึกแยกับพ่อแม่ เขาก็ยังไม่เชื่อฟัง กลายเป็นวงจรอุบาทว์ไปในที่สุด ไม่นานเขาก็ต้องเชื่อว่า เพียงการขอให้ทำกิจวัตรบางอย่าง ในทุกๆ วัน พ่อแม่ยังไม่มียอำนาจจะจัดการเลย

3. ความอยากได้หลายอย่างในเวลาเดียวกัน ทำให้พ่อแม่ต้องใช้พลังไปมากกับเรื่องอื่นๆ ที่พวกเขาให้ความสำคัญมากกว่าลูก

ปากบอกว่ารักลูก คิดถึงลูก ห่วงลูก แต่ภาพที่เห็นกลับทำให้คุณเป็นลูกเข้าใจว่า ตัวเขาไม่สำคัญสำหรับพ่อแม่แม่แค่ไหน วันหยุดแทนที่ลูกจะได้อยู่กับพ่อแม่ก็ต้องไปเรียน (ต่อ) ตอนเย็นแทนที่จะมีพ่อแม่มาสอนการบ้าน เด็กๆ ก็ต้องไปอยู่ตามที่เรียนพิเศษแทน ปิดเทอมแทนที่จะได้ไปเที่ยวพร้อมหน้าพร้อมตา แม่เดินมาบอกเสียงอ่อยๆ ว่า พ่อไปไม่ได้ ร้านสาขาที่ 3 ของพอยังไม่เขาที่เขาทงนะลูก เจอแบบนี้เรื่อยๆ ลูกคงไม่สามารถเข้าใจได้หรอก หรือกว่าเขาจะเข้าใจ ก็อาจต้องใช้เวลาหลายสิบปีเลยทีเดียว

ความห่างเหินที่เกิดจากการจัดลำดับความสำคัญผิดที่ ผิดเวลา ก่อให้เกิดปัญหาความสัมพันธ์แบบในข้อ 2 เด็กบางบ้านโชคดีหน่อย มีแค่พ่อหรือแม่คนเดียว ที่ให้ความสำคัญผิดเรื่อง เด็กแบบนี้ยังพอเหลือแม่หรือพ่ออีกคนที่อยู่ดูแลเขา แต่เด็กจำนวนมากโชคไม่ดีเท่าที่ควร ทั้งพ่อทั้งแม่จัดลำดับความสำคัญในชีวิตครอบครัว ผิดเพี้ยนกันไปหมด เด็กกลุ่มนี้ ไม่เหลือใครให้เป็นหลักได้เลย

ไม่ต้องแปลกใจว่าทำไมเขาจึงไม่เชื่อฟัง คนที่เขาเรียกว่าพ่อกับแม่ นั่นก็เพราะ พ่อแม่แบบนั้น ไม่สามารถ “ได้ใจ” ลูกของตัวเอง

ความซับซ้อนเหล่านี้ เป็นเรื่องเข้าใจยากสำหรับหลายๆ คน หมอพยายามเชื่อมโยงให้ฟัง เพราะอยากให้อาباءที่กำลังทุกข์ใจ กับการที่ไม่สามารถ “ขอ” แบบที่คนทั่วไปฟังจะขอกันได้ จากลูกๆ ของพวกเขา ใ้รู้ว่าเรื่องนั้นจะเล็กน้อยแค่ไหน ดูเหมือนเป็นปัญหาไปเสียทุกครั้ง ที่หมอมองใช้คำว่า ลูกมียอำนาจเหนือพ่อแม่

การแก้ไขให้ตรงจุด ตรงประเด็น จะสามารถผ่อนหนักให้เป็นเบา และผ่อนเบาให้กลายเป็นไม่เหลือปัญหาได้ พ่อแม่ต้องทำ 3 เรื่องนี้ให้สำเร็จ หรืออย่างน้อย ก็ต้องตั้งใจปรับปรุงให้มันดีขึ้น

1. สามีภรรยาต้องกลับมาปรองดอง สามัคคี รักและเมตตาต่อกัน
2. พ่อแม่ต้อง “หวงเวลา” การอยู่กับลูก อย่าทิ้งเวลาไปกับเรื่องอื่น ที่ทำให้ไม่ได้อยู่กับลูก
3. จัดลำดับความสำคัญในชีวิตครอบครัวให้ถูก พ่อแม่ต้องยอม “สละ” บางเรื่อง หรือหลายเรื่อง ในช่วงที่ลูกๆ ยังเล็ก และต้องการทานมากๆ

การจะมีทัศนคติที่หนักแน่น มีความรู้ที่ถูกต้อง และสามารถลงมือทำอะไร เพื่อให้ได้ 3 ข้อข้างบนนี้ พ่อแม่ต้องตั้งใจอย่างแรงกล้า บางครั้งอาจต้องทำการ “ปฏิวัติ” ตัวเองใหม่

สิ่งที่จะช่วยพ่อแม่ได้มาก เรียงตามลำดับความง่ายไปยาก คือ หาหนังสือดีๆ เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกมาอ่านอย่างสม่ำเสมอ การเข้าฟังสัมมนาเรื่องเกี่ยวกับครอบครัว เท่าที่โอกาสจะอำนวย ก็เป็นทางเลือกที่ดี สุดท้าย สามีภรรยาจงมือกั้นไปพบจิตแพทย์ ก็จะสามารถช่วยแก้ปัญหาให้ท่านได้เกือบทั้งหมด เพียงแต่ความยากของข้อสุดท้ายนี้ คือ มีเพียงบางคู บางครอบครัวเท่านั้น ที่มีความพร้อม สามารถเข้าถึงจิตแพทย์เด็กได้

ทั้งหมดนี้ หมอเพียงต้องการให้พ่อแม่มียอำนาจในการปกครองดูแลลูก อย่างที่ควรจะเป็น ลูกต้องอยู่ภายใต้กฎต่างๆ ของครอบครัว ไม่ใช่ขอทำอะไรก็ทำ ครอบครัวอย่างนี้จึงจะมีความสุข และมีความสุขตามสมควร

มาแก้ปัญหาอย่างถูกจุดกันนะคะ

ขอบคุณที่มาจาก คอลัมน์...Dad Mom and Kids

โดย...นพ.อิทธิฤทธิ์-พญ.สาริณี จุฬาลักษณ์ศิริบุญ

[หนังสือพิมพ์แนวหน้า](#)