

6 ปัญหาที่เด็กม.ปลายต้องเจอและผ่านไปให้ได้

■ นำเสนอเมื่อ 15 ก.พ. 2560

6 ปัญหาที่เด็กม.ปลายต้องเจอและผ่านไปให้ได้

สำหรับน้อง ๆ ที่กำลังจะเข้าเรียนต่อม.ปลายในโรงเรียนใหม่หรือน้อง ๆ ที่กำลังเรียนอยู่ม.ปลายนั้น อาจต้องเผชิญกับสิ่งแวดล้อมใหม่ เพื่อนใหม่ การเรียนแบบใหม่ หรือแม้กระทั่งปัญหาใหม่ ๆ น้อง ๆ หลายคนอาจวางแผนปรับตัวและรับมือปัญหาได้แบบสบาย ๆ แต่สำหรับบางคนก็อาจจะไม่สบายสักเท่าไร วันนี้ผู้เขียนจึงหยิบ 6 ปัญหาหลักที่น้อง ๆ จะต้องเจอและผ่านมันไปให้ได้ด้วยวิธีรับมือต่าง ๆ เพื่อเป็นแนวทางให้น้อง ๆ ปรับตัวและจัดการกับปัญหาได้อย่างชาญฉลาด ดังนี้

- 1. เพื่อนใหม่** แน่นอนว่าเปิดเรียนใหม่และต้องตื่นเข้าไปเรียนในโรงเรียนใหม่ เป็นใครก็ตื่นเต้นกันทั้งนั้นแหละ โดยเฉพาะการหาเพื่อนใหม่เนี่ย เป็นประเด็นหลัก ๆ ที่น้อง ๆ ต้องเผชิญอยู่แล้วและหัวใจหลักของการหาเพื่อนใหม่นั้นเราต้องเริ่มจากตัวเองก่อน นั่นคือน้อง ๆ ต้องทำตัวให้เต็มเปี่ยมไปด้วยพลังบวก ตื่นมาก็ยิ้มให้กับตัวเองในกระจกก่อน เวลามาโรงเรียนเจอเพื่อนใหม่ก็ให้ยิ้มเอาไว้ ยิ้มโดยไม่ต้องหวังผลตอบแทน เพราะเพื่อนบางคนอาจจะไม่ยิ้มตอบเนื่องจากเจออะไรไม่ตีมา หลังจากนั้นก็ลองเปิดใจให้กว้าง ๆ ทั่วทุกาย ถ้ามารู้ชื่อแล้วชวนไปกินข้าวเที่ยงกัน เท่านั้นเอง ๆ ก็จะเริ่มตวันวันเปิดเรียนใหม่ได้แบบมีความสุขและประหม่าลงแล้ว
- 2. การเรียนแบบใหม่** การเลือกแผนการเรียนว่ายากแล้ว การปรับตัวให้ได้และเรียนทันเพื่อนนั้นก็สำคัญไม่แพ้กัน การรับมือกับปัญหานี้ทำได้ไม่ยากเลยแม่แต่น้อย เพียงน้อง ๆ เช็กตารางเรียนให้ดีและอ่านหนังสือก่อนเขาเรียนวิชานั้น ๆ เพราะเมื่อคุณครูอธิบายจะทำให้น้อง ๆ เข้าใจอย่างกระจ่างแจ่มมากยิ่งขึ้น หากมีคำถามขณะอ่านบทเรียนนั้น ๆ ก็ให้บันทึกคำถามแล้วถามในห้องเรียนหรือถ้ามีคำถามตอนเรียนก็ให้ถามคุณครูไปทันทีเพื่อให้เข้าใจชัดเจน รับรองว่านอกจากน้อง ๆ จะเข้าใจในบทเรียนมากขึ้นแล้ว ยังเป็นการฝึกความกล้า เพื่อน ๆ ที่ไม่กล้าถามก็จะเข้าใจด้วยแถมคุณครูยังดีใจและภูมิใจที่มีลูกศิษย์ใฝ่รู้ใฝ่เรียนอีกด้วย
- 3. การจัดการเงิน** ค่าใช้จ่ายสำหรับเด็กม.ปลายนั้นถือว่าเยอะอยู่พอสมควร น้อง ๆ จึงควรมีวิธีการจัดการเงินให้ดี เพื่อให้มีเงินเก็บและช่วยคุณพ่อคุณแม่ประหยัดยิ่งขึ้น เมื่ออยากได้อะไรก็ลองเก็บเงินซื้อด้วยตัวเอง รับรองว่าน้อง ๆ จะภูมิใจกับของที่ไต่มามากขึ้นเยอะ และวิธีเก็บเงินที่ง่ายที่สุดนั้นก็คือทุกครั้งที่ได้เบียดเสียดจากคุณพ่อคุณแม่ น้อง ๆ ต้องหักออก 10-15% เพื่อเป็นเงินเก็บทันที ซึ่งน้อง ๆ จะต้องมีวินัย ฝึกให้เป็นนิสัยและไม่ไช่เงินเก็บเด็ดขาด เช่น เมื่อได้เงินมา 100 บาทก็ออมไว้ 10-15 บาท ทำอย่างนี้ทุกวันจนถึงปีแล้วก็ออมไปเรื่อย ๆ น้อง ๆ ลองคิดดูสิว่าจะมีเงินเก็บมากเท่าไร และถ้าหากอายุครบประหยัดมากขึ้นกว่าเดิมนั้น น้อง ๆ ควรลองนัดเพื่อน ๆ หอชาวกกลางวันมากินกัน เพราะน้อง ๆ จะลดค่าใช้จ่ายลงมากถึงวันละ 25-45 บาท รับรองว่าจะประหยัดค่าข้าวและมีเงินเก็บมากขึ้นเยอะทีเดียว
- 4. ติดเพื่อน** เด็กม.ปลายเป็นวัยรุ่นตอนปลายที่กำลังอยากรู้อยากลองไปเสียหมด แล้วก็มักจะติดเพื่อนเป็นพิเศษ บางกลุ่มชวนกันดื่มเหล้าสูบบุหรี่ เล่นเกมจนติด บางกลุ่มชวนกันเล่นกีฬา เรียนและติวหนังสือ น้อง ๆ จึงควรเลือกคบเพื่อนให้ดีและอย่าหลงผิดเป็นอันขาด เพียงแค่น้อง ๆ มีเป้าหมายที่ชัดเจนและนึกถึงหน้าคุณพ่อคุณแม่เอาไว้เพื่อไม่ให้ตัวเองออกนอกกรอบทาง ควรชวนกลุ่มเพื่อนเล่นกีฬา ออกกำลังกาย หันมารักสุขภาพและติวหนังสือจะดีกว่า เพราะจะทำให้น้อง ๆ มีผลการเรียนที่ดี คุณพ่อคุณแม่ก็ชื่นใจและมีอนาคตที่สดใสรออยู่นั่นเอง

เห็นใหม่ละว่าการติดเพื่อนไม่ได้มีข้อเสียเสมอไปเพียงน้อง ๆ เลือกคบเพื่อนให้ถูกก็พอ

5. **ความรักวัยเรียน** แนนอนว่านอกจากเรื่องเพื่อนแล้ว เด็กม.ปลายก็เป็นวัยรักวัยรุ่นอีกเช่นกัน แต่ก็ต้องให้อยู่ในขอบเขต ไม่เกินงามและระวังไม่ให้เสียการเรียน เพราะน้อง ๆ ม.ปลายเป็นวัยที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ที่อาจก่อให้เกิดปัญหาที่คาดไม่ถึงอย่างการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควรตามมา การรู้เรื่องเพศศึกษาและรู้จักการป้องกันก็เป็นสิ่งที่น้อง ๆ ฟังศึกษาไว้ แต่ทางที่ดีนั้นน้อง ๆ ควรเลี่ยงการอยู่ในที่ลับตาคนด้วยกันสองต่อสองและน้อง ๆ ต้องฟังระลึกเสมอว่าเมื่อเกิดปัญหาตามมาแล้ว น้อง ๆ จะพร้อมรับมือหรือไม่ว่าง และแนนนอนว่าวัยอย่างน้อง ๆ คงไม่พร้อมใช้ใหม่ละ เพราะเป็นวัยเรียนที่กำลังจะก้าวสู่นาคตอีกยาวไกลในข้างหน้าและไม่ใช่วัยที่เหมาะสมต่อการสร้างครอบครัว เพราะฉะนั้นเพื่อเป็นการดีที่สุดนั้น น้อง ๆ ผู้หญิงต้องรู้จักรักษานวลสงวนตัวและน้อง ๆ ผู้ชายก็รู้จักให้เกียรติวางตัวให้เหมาะสม เพื่อจะได้ป้องกันไม่ให้เกิดปัญหาการตั้งท้องก่อนวัยอันควรเกิดขึ้น อย่างที่เขาเรียกว่า ‘กันดีกว่าแก่’ ยิ่งไงละ ทั้งนี้น้อง ๆ ควรตั้งเป้าหมายร่วมกันและตั้งใจเรียนเพื่อทำความฝันให้เป็นจริงพร้อมกับประสบความสำเร็จไปด้วยกันนั่นเอง

6. **การเตรียมตัวสอบเข้ามหาวิทยาลัย** ม.ปลายถือเป็นช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อโดยเฉพาะน้อง ๆ ม.6 ที่น้อง ๆ ต้องสอบมากมายเพื่อเข้ามหาวิทยาลัยไหนจะ GAT, PAT รวมทั้งการสอบวัดความรู้พื้นฐานในแต่ละสายวิชาชีพ แต่ก่อนอื่นใดนั้นน้อง ๆ ต้องรู้จักตัวเองเสียก่อน คือรู้ว่าตัวเองชอบอะไร อยากประกอบอาชีพอะไรและอยากเขาเรียนคณะไหนเพื่อให้แน่ใจว่าน้อง ๆ จะมีความสุขกับสิ่งที่เลือกและไม่เสียเวลาชีวิต เพราะเมื่อเรียนจบแล้วน้อง ๆ ต้องอยู่กับสายอาชีพนั้นไปตลอดชีวิต เมื่อรู้ความชอบของตัวเองแล้วน้อง ๆ ก็ควรจะหาต่องเนนวิชาไหน ต่องติวและเตรียมตัวอย่างไร ตลอดทั้งเลือกคณะหรือสาขาเรียนได้อย่างสบาย ๆ ไม่มีลังเล และน้อง ๆ ก็อาจจะขอคำแนะนำจากรุ่นพี่เพื่อนำมาพิจารณาในการตัดสินใจเลือกสาขาเรียนให้ง่ายขึ้น

เห็นใหม่ละว่าน้อง ๆ ม.ปลายนั้นไม่มีปัญหาไม่แพ้ผู้ใหญ่เลย แต่ก็ถือเป็นบททดสอบที่น้อง ๆ ทุกคนต้องเจอและผ่านมันไปได้ ทั้งนี้เพื่อให้ก้าวข้ามปัญหาต่าง ๆ เป็นไปอย่างราบรื่น น้อง ๆ ต้องรู้จักวางแผนชีวิต อดทนต่อสถานการณ์และความท้าทาย มองโลกในแง่บวกเอาไว้ ตลอดถึงรู้จักปรับตัวและรับมือกับปัญหาอย่างถูกวิธีเพราะชีวิตม.ปลายถือว่าเป็นอีกขั้นในการฝึกความเป็นผู้ใหญ่ และการจะเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพนั้นน้อง ๆ ก็ต้องรู้จักรับมือพร้อมกับจัดการปัญหาที่เผชิญอยู่อย่างชาญฉลาดนั่นเอง

ภักศรภักญญ ทองคำ [iPrice](#)