บทความออนไลน์

‘แพ้ให้เป็น’ ทำไมเด็กถึงต้องล้มได้บ้าง ในโลกที่การแข่งขันสูง

การพ่ายแพ้เป็นสิ่งที่สร้างบาดแผลลึกให้กับจิตใจมนุษย์ ความรู้สึกเสียดาย ผิดหวัง หรือเจ็บปวดที่ผสมปนเปกันอยู่ข้างใน ทำให้มนุษย์ต้องการหลีกเลี่ยงความรู้สึกเหล่านี้ และหวังที่จะเป็นผู้ชนะในทุกๆ การแข่งขัน

รสชาติหลังชัยชนะเป็นอะไรที่ช่างหอมหวาน ใครหลายคนก็คงจะอยากสัมผัสสักครั้งในชีวิต เพราะผู้ชนะได้รับทั้งการยกย่องจากสังคม ชื่อเสียง เงินทอง หรือความรู้สึกมั่นใจในตัวเองที่เพิ่มมากขึ้น แต่เมื่ออยู่ในสนามการแข่งขันที่กฎและกติการะบุให้มีผู้ชนะและผู้แพ้ จึงทำให้บางครั้งสถานการณ์ก็ผลักเราให้ไปอยู่ในตำแหน่งของ ‘ผู้แพ้’ อย่างไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้

“Competitiveness is natural among preschoolers.”

– Eileen Kennedy Moore

นับเป็นเรื่องน่าเศร้าสำหรับเด็กยุคใหม่ที่ต้องเติบโตขึ้นในสังคมที่มีการแข่งขันสูง โดยเฉพาะเรื่องการเรียนที่จะเห็นว่าเด็กหลายคนไปนั่งเรียนกวดวิชากันตั้งแต่ชั้นประถม เพื่อให้ได้เข้าโรงเรียนดี ๆ มหาวิทยาลัยดี ๆ หรือสอบได้ที่อันดับต้น ๆ ท่ามกลางเด็กเก่งมากความสามารถอีกหลายคน ในขณะเดียวกันก็มีแรงกดทับและความคาดหวังของคนรอบข้าง ไม่เว้นแม้แต่คนในครอบครัวและตัวของพวกเขาเอง จึงไม่แปลกใจที่เด็กยุคใหม่อาจจะเป็นโรค ‘แพ้ไม่เป็น’

เอลีน เคนเนดี มัวร์ (Eileen Kennedy Moore) ที่ปรึกษาด้านการเลี้ยงดูบุตรได้กล่าวไว้ว่า “การแข่งขันเป็นเรื่องธรรมชาติของเด็กเตรียมอนุบาล เด็กในวัยนี้ต้องการจะแข่งขันไปหมดทุกเรื่อง พวกเขาเริ่มเรียนรู้เกี่ยวกับแนวคิดของการชนะ แต่พวกเขาไม่เข้าใจเกี่ยวกับความซับซ้อนของการแพ้ชนะ พวกเขาเข้าใจแค่ว่าการชนะเป็นสิ่งที่ดี พวกเขาเลยต้องการที่ชนะทุกอย่าง”

“บ้านเราสอนลูกไม่ให้รู้จักคำว่าเจ็บ ไม่ให้รู้จักคำว่าแพ้”

หลายครั้งที่ความกดดันเกิดขึ้นจากคนเป็นพ่อแม่ โดยเฉพาะพ่อแม่ที่ประสบความสำเร็จในชีวิตและหวังจะให้ลูกเดินตามรอยของพวกเขา จะเห็นได้จากข่าวเด็กมัธยมหรือนักศึกษาที่เลือกตัดสินใจจบชีวิตตัวเอง ซึ่งสาเหตุหลัก ๆ มาจากความเครียดในการเรียน หรือผลการสอบที่ไม่เป็นไปตามที่หวัง และส่วนใหญ่เบื้องหลังของความกดดันเหล่านั้นก็มาจากพ่อแม่หรือผู้ปกครองที่ไม่คำนึงถึงปัจจัยในการประสบความสำเร็จที่แตกต่างกันของแต่ละยุคสมัย

พ่อแม่บางคนมักไม่รู้ตัวว่ากำลังบ่มเพาะให้เด็กเรียนรู้ที่จะเอาแต่ชนะ โดยการหยิบยื่นรางวัลหรือผลตอบแทนให้พวกเขา “ถ้าสอบได้ที่ 1 จะซื้อโทรศัพท์ให้” ประโยคแบบนี้มักจะได้ยินเสมอเมื่อพ่อแม่อยากให้ลูกตั้งใจเรียน สิ่งจูงใจเหล่านี้ทำให้เด็กต้องฝึกฝนและพยายามอย่างหนัก เพื่อที่จะได้รับการยอมรับจากคนเป็นพ่อเป็นแม่ และได้ของรางวัลที่พวกเขาต้องการ

การใช้ของรางวัลเป็นสิ่งจูงใจไม่ใช่อะไรที่เสียหาย เพราะคนที่ประสบความสำเร็จก็น่าจะได้รับสิ่งตอบแทน แต่ถ้าหากพวกเขาล้มเหลวล่ะ พวกเขาจะได้อะไร?

“ถ้าแพ้ แม่ไม่ให้เข้าบ้าน”

พ่อแม่บางคนอาจจะให้รางวัลปลอบใจ หรืออย่างดีก็แค่ไม่ไปซ้ำเติมความล้มเหลวของลูก แต่ในทางตรงกันข้ามก็ยังมี ‘การลงโทษ’ ที่กลายเป็นวิธีที่พ่อแม่บางคนเลือกใช้ เพราะคิดว่าจะกระตุ้นให้ลูกมีแรงฮึดในการแข่งขัน แต่หารู้ไม่ว่านอกจากจะสร้างความเครียดให้เด็กเมื่อถึงเวลาที่ต้องแข่งขันแล้ว ยังทำให้เด็กมีนิสัยหรือพฤติกรรมบางอย่างที่ไม่เหมาะสม เช่น อารมณ์ฉุนเฉียวหรือท่าทางก้าวร้าว เมื่อพบว่าทุกอย่างไม่เป็นไปตามที่พวกเขาหวัง หรือผลสุดท้ายคือการที่พวกเขาแพ้ แล้วจัดการหรือควบคุมอารมณ์ในสภาวะสิ้นหวังตรงนั้นไม่ได้ จะทำให้พวกเขารู้สึกว่าตัวเองไร้ค่าและไม่เป็นที่ยอมรับ บางครั้งจึงนำไปสู่การจบชีวิตในหลาย ๆ ครั้งดังที่เห็นในข่าว

สอนให้พวกเขารู้จัก “แพ้ให้เป็น”

การพ่ายแพ้ไม่ใช่ความล้มเหลว และการชนะก็ไม่ใช่เป้าหมายเสมอไป ในฐานะที่ครอบครัวเป็นด่านแรกในการบ่มเพาะลักษณะนิสัยและพฤติกรรมของเด็ก พ่อแม่หรือผู้ปกครองจึงสามารถเป็นส่วนหนึ่งในการสร้าง ‘ภูมิคุ้มกัน’ ให้แก่พวกเขา เพื่อออกไปพบเจอกับเรื่องน่าผิดหวังอีกมากมายในอนาคต

ความรู้สึกหลังจากได้รับชัยชนะ แน่นอนว่าเต็มไปด้วยความรู้สึกเชิงบวกและน่ายินดี แต่เมื่อชนะแล้วทุกอย่างก็สิ้นสุดลง พวกเขาอาจจะมุ่งหน้าหาเป้าหมายหรือชัยชนะใหม่ ๆ หรือมากสุดก็คงจะเป็นการถอดบทเรียนสำหรับความสำเร็จในครั้งนั้น ว่าวิธีนี้แหละคือวิธีที่ดีที่สุดที่จะนำพวกเขามาสู่เส้นชัย

ส่วนการพ่ายแพ้เป็นเรื่องธรรมชาติที่จะต้องเกิดขึ้นทุกครั้งที่มีการแข่งขัน แต่การจะให้มนุษย์เรายินดีกับความพ่ายแพ้นั้นเป็นเรื่องที่ฝืนธรรมชาติ และยากที่จะเรียนรู้ด้วยตัวเอง เพราะฉะนั้นการค่อย ๆ สอนให้ลูกรู้ว่าการพ่ายแพ้นั้นไม่ใช่จุดจบของทั้งหมด ก็อาจนำไปสู่จุดเริ่มต้นในการสร้าง ‘โอกาส’ ที่จะให้พวกเขาได้ทดลองและเรียนรู้อีกหลายร้อยวิธีที่จะพาไปสู่เส้นชัย ซึ่งในอนาคตเมื่อพวกเขาเจอเหตุการณ์แบบนี้ พวกเขาจะรู้ว่าวิธีไหนเคยทำแล้วไม่ได้ผล และวิธีไหนเคยทำแล้วสำเร็จ เปรียบเสมือนมีคลังกรรมวิธีมากมายอยู่กับตัว

ความรู้สึกผิดหวังหรือเสียใจเป็นเรื่องที่ห้ามกันไม่ได้ แต่เมื่อมีภูมิคุ้มกันตั้งแต่เด็ก ๆ ความรู้สึกเหล่านั้นแม้จะเกิดขึ้นแต่จะไม่สามารถทำอะไรพวกเขาได้ การจะสร้างภูมิคุ้มกันในวัยเด็กอาจทำได้โดยการ ‘ไม่ปล่อยให้พวกเขาชนะ’ ไปเสียทุกครั้ง ในการเล่นเกมหรือทำกิจกรรม คนเป็นพ่อแม่มักจะยอมปล่อยให้ลูกชนะเพื่อให้พวกเขารู้สึกดีใจ แต่ความเคยชินกับการเป็นผู้ชนะไม่ใช่ผลดี เพราะมันจะทำให้พวกเขาไม่รู้ว่าการเป็นผู้แพ้คืออะไร จะจัดการกับความรู้สึกอย่างไร หรือต้องปฏิบัติกับผู้ชนะแบบไหน

การปล่อยให้พวกเขาพ่ายแพ้บ้าง แล้วมานั่งพูดคุยถึงเหตุและผลในการแพ้ ก็ถือเป็นโอกาสให้พวกเขาได้รู้จักและทำความคุ้นเคยกับความรู้สึกนี้อย่างค่อย ๆ เป็นค่อย ๆ ไป นอกจากนี้ การสอนให้พวกเขาเรียนรู้ที่จะสนุกและเต็มที่กับการแข่งขันก็เป็นอีกวิธีหนึ่งที่จะ ‘เปลี่ยนจุดโฟกัส’ ของเด็กให้ไม่ไปหมกมุ่นกับการแพ้ชนะ เพราะท้ายที่สุดแล้วสิ่งที่เขาได้รับจากการแข่งขันก็คือประสบการณ์และบทเรียนระหว่างทาง ไม่ใช่จุดหมาย

ลี แฮนค็อก (Lee Hancock) หนึ่งในนักเขียนหนังสือชื่อ *Potentialing Your Child in Soccer* กล่าวว่า “เวลาเล่นเกมการ์ด เราจะชมลูกว่าจำการ์ดเก่งและเป็นเพื่อนร่วมทีมที่ดีมาก เพราะเราอยากที่จะชื่นชมวิธีการเล่นของเขามากกว่าผลลัพธ์สุดท้ายของเกม”

และท้ายที่สุดคือตัวผู้ปกครองเอง ที่อาจจะต้องลอง ‘ลดความคาดหวัง’ ในตัวเด็ก ๆ ลง รู้จักที่จะให้กำลังใจ อยู่เคียงข้าง และไม่สร้างบทลงโทษเมื่อพวกเขาผิดพลาด เพื่อให้พวกเขารู้สึกว่าที่จริงแล้วตัวเองไม่ใช่แค่ ‘แพ้ได้’ แต่ยังสามารถ ‘แพ้เป็น’ และค่อยๆ เรียนรู้ที่จะอยู่กับมันอย่างมีความสุข

การเลี้ยงลูกให้รู้จักแต่คำว่าชนะจนปิดกั้นไม่ให้พวกเขาสัมผัสรสชาติของการพ่ายแพ้ ในอนาคตเมื่อพวกเขาล้มลง การรับมือกับความรู้สึกผิดหวังหรือเสียใจจะกลายเป็นเรื่องที่ยาก จะดีกว่าไหมถ้าสอนให้พวกเขาเรียนรู้ที่จะอยู่กับความรู้สึกเหล่านั้นได้ตั้งแต่เนิ่น ๆ เพื่อที่พวกเขาจะได้เติบโตขึ้นอย่างมีภูมิคุ้มกัน ท่ามกลางสังคมที่เต็มไปด้วยการแข่งขันอย่างเช่นทุกวันนี้

อ้างอิงข้อมูลจาก

momtastic.com

parents.com

ที่มา https://thematter.co/pulse/teaching-your-kids-to-handle-losing/82661