



How to พ่อ แม่ ครู เดินหน้าไปสู่โลกอนาคต พร้อมกับเด็กๆ

การเปลี่ยนแปลงที่รวดเร็วของโลกปัจจุบัน ทำให้ทุกคนต้องปรับตัวเพื่อเร่งก้าวให้ทันยุคสมัย สำหรับเด็กๆ ที่อยู่ในวัยเรียนรู้ คุณพ่อ คุณแม่ ผู้ปกครอง และครู คือส่วนสำคัญที่จะพาพวกเขาก้าวไปสู่โลกอนาคตได้อย่างมั่นใจ

วิธีการอะไรบ้างที่ผู้ใหญ่ต้องรู้และเริ่มทำตั้งแต่ตอนนี้ **แม่บี - มิรา เวฬุภาค** นักวิจัยอิสระด้านการศึกษาทางเลือก CEO และผู้ก่อตั้ง Flock Learning และ Mappa Platform **ครูทิว - ธนวรรณ สุวรรณपाल** คุณครูและผู้ร่วมก่อตั้งเพจ ครูขอสอน และ **ครูเม - เมริษา ยอดมณฑป** นักจิตวิทยาเด็กและครอบครัว เจ้าของเพจ **ตามใจนักจิตวิทยา** จะมาร่วมกันแลกเปลี่ยนเรียนรู้การเตรียมความพร้อมให้กับเด็กๆ ได้ก้าวเดินสู่โลกอนาคตอย่างมั่นใจ



เด็กๆ สมัยนี้ต้องเตรียมตัวอย่างไรเพื่อจะก้าวไปสู่โลกอนาคต

ครูเม : โลกปัจจุบันมีการเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว ทั้งความสากลที่เข้ามาสู่ประเทศไทย สถานการณ์ทางสังคมที่เปลี่ยนแปลงไปจนทำให้เราต้องศึกษาแบบวันต่อวัน อย่างโรคระบาด ปัญหาฝุ่นละออง เพราะฉะนั้นสิ่งที่เด็กจะต้องเรียนรู้สิ่งที่เป็น “แกนหลัก” เพื่อเตรียมตัวรับมือกับการเปลี่ยนแปลง นั่นคือ “การรับรู้ศักยภาพและคุณค่าของตัวเอง” เพื่อเป็นภูมิคุ้มกันให้เขาข้ามผ่านการเปลี่ยนแปลงที่รวดเร็วไปได้ ซึ่งพ่อแม่หรือครูสามารถช่วยเด็กได้ด้วยการชื่นชมและคาดหวังเขาตามวัย ต้องเชื่อมั่นให้เขาได้ทำสิ่งต่างๆ ด้วยตัวเอง เพื่อให้เขารู้สึกมีคุณค่า แม้ว่าจะทำผิดพลาดก็ลุกขึ้นใหม่ด้วยตัวเองได้ เด็กที่ได้ลองทำอะไรด้วยตัวเองมากกว่าที่เด็กที่พ่อแม่คอยช่วยเหลือตลอดเวลา จะสามารถทำอะไรได้หลากหลายมากกว่า และมีความภูมิใจในตัวเอง

แม่บี : การเตรียมตัวเริ่มต้นจากความเชื่อ ซึ่งเป็นเรื่องสำคัญ นักสังคมศาสตร์แบ่งไว้ 4 อย่าง คือ “รู้ว่ารู้ อะไร”

“รู้ว่าเราไม่รู้อะไร” “เราไม่รู้ว่าเรารู้อะไร” “เราไม่รู้ว่าเราไม่รู้อะไร” ซึ่งสิ่งที่ไม่รู้ ก็ต้องไปหาความรู้เพิ่มเติม พ่อแม่ต้องหาศักยภาพที่แฝงอยู่ในตัวลูกออกมาให้เขาได้รับรู้ แต่บางสถานการณ์ในปัจจุบันทำให้ “เราไม่รู้ว่าเรารู้ อะไร” เพราะฉะนั้นบทบาทสำคัญของพ่อแม่หรือครู คือเรียนรู้ไปพร้อมๆ กันกับเด็ก

ครูทิว : เด็กมีหลายกลุ่ม และมีความหลากหลาย เพราะมาจากครอบครัวที่ต่างกัน ถึงอย่างนั้น สิ่งที่เด็กทุกกลุ่มต้องมี คือ Self-Esteem หรือ การตระหนักในคุณค่าของตัวเอง ซึ่งจะส่งผลต่อการเติบโตเป็นผู้ใหญ่ต่อไป และนอกจากการหาความรู้แล้ว การรู้เท่าทันและประเมินผลตัวเองก็เป็นเรื่องสำคัญที่เด็กๆ จะต้องรู้ แต่สิ่งหนึ่งที่สังเกตได้ในเด็กสมัยนี้ คือเขาเคยชินกับความหลากหลายมากกว่าคนสมัยก่อน เช่น ภาษา วัฒนธรรม จึงไม่ใช่เรื่องยากที่เขาจะปรับตัวให้เข้ากับการเปลี่ยนแปลงของสังคม



มีความกังวลต่อการใช้ชีวิตของเด็กที่เติบโตมาในครอบครัวใหญ่หรือไม่

ครูเม : สมัยก่อนเรายังไม่มีหลักฐานทางประสาทวิทยาสนับสนุนว่าทำไมเราถึงไม่ควรชู้เด็ก ไม่ควรดุคำ เพราะการทำแบบนั้นจะส่งผลกระทบต่อเด็กอย่างไร แต่ปัจจุบันมีผลงานวิจัยที่ชัดเจนแล้วว่า การทำแบบนั้นส่งผลกระทบต่อเด็ก ดังนั้น พ่อแม่จะต้องทำความเข้าใจใหม่ว่าการเลี้ยงลูกแบบคนรุ่นเก่า บางอย่างใช้ไม่ได้แล้ว ซึ่งอาจทำให้ผู้ใหญ่สับสนว่าควรจะทำอย่างไรดี เป็นเรื่องที่เกิดขึ้นกับทุกครอบครัว โดยเฉพาะบ้านที่มีคนหลายๆ รุ่นอยู่ด้วยกัน ความสับสนนั้นไม่ได้เกิดกับผู้ใหญ่อย่างเดียว แต่เด็กเองก็จะสับสนด้วยว่าจะเลือกทำตามใคร เพราะพ่อแม่ ปู่ย่า ตายาย มีวิธีสอนต่างกัน ซึ่งสุดท้ายเขาจะเลือกสิ่งที่สบายที่สุด แต่นั่นจะส่งผลกระทบต่อเข้าสู่สังคมของเด็ก เขาจะรู้สึกว่าการทำตามกติกาสังคมเป็นเรื่องยาก

สำหรับครอบครัวที่ปู่ย่าตายายเป็นคนเลี้ยงหลาน แล้วมีวิธีการเลี้ยงที่ไม่ตรงกับพ่อแม่ สิ่งที่คุณแม่ควรทำคือนอกจากจะบอกว่าสิ่งไหนทำไม่ได้แล้ว ควรบอกทางเลือกให้พวกท่านรู้ด้วยว่า หากไม่ทำสิ่งนี้ ลองทำอีกสิ่งหนึ่งแทน ต้องแนะนำทางเลือกให้ด้วย และพ่อแม่ต้องทำให้ท่านเห็นว่าพอทำแบบนี้แล้ว เด็กเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้นจริงๆ แต่ถึงอย่างนั้น ทางที่ดีที่สุดคือ พ่อแม่ควรหาเวลาเลี้ยงดูลูก เพราะเด็กจะเป็นเช่นไรอยู่ที่ว่าเขาได้รับการเลี้ยงดูอย่างไร หน้าที่การสอนควรเป็นของพ่อแม่

แม่บี : บางครั้งพ่อแม่เองเป็นคนทำลายศักยภาพลูก เพราะความเชื่อเก่าๆ เหมือนเราแบกสัมภาระหรืออติตของเรไว้พร้อมกับจูงลูกเดินไปข้างหน้า ถ้าเราไม่ปลดสัมภาระจะก้าวไปข้างหน้าได้ช้ามาก เพราะมีแต่ความกลัว ความกังวลตลอดเวลาว่าทำถูกต้องหรือยัง จนกลายเป็นว่าไม่ได้ใส่ใจลูกเพราะห่วงแต่สัมภาระ สิ่งที่เราต้องใส่ใจคือความสัมพันธ์ของเรากับลูก เราต้องปรับวิธีการสอนการเรียนรู้ให้เหมาะสมกับเขา สิ่งหนึ่งที่สำคัญและบอกตัวเองตลอดคือ อย่าฆ่าคำถามดีๆ ด้วยคำตอบห่วยๆ ควรใส่ใจสิ่งที่ลูกถาม ไม่ใช่ตอบโดยไม่ได้ใส่ใจ เพราะจะทำให้ความอยากรู้ของเขาหายไป



ครูเม - เมริษา ยอดมณฑป นักจิตวิทยาเด็กและครอบครัว เจ้าของเพจ ตามใจนักจิตวิทยา

พ่อแม่มีวิธีเลือกรับข้อมูลอย่างไร ในยุคที่เต็มไปด้วยวิธีการเลี้ยงลูกมากมาย

แม่บี : การศึกษาข้อมูลการเลี้ยงลูกเป็นเรื่องสำคัญ แต่จะใช้ไม่ได้เลยหากเราไม่ได้อยู่กับลูก ไม่มีเวลาสังเกตเขา เพราะฉะนั้นเราต้องมีเวลาให้กับลูก และอย่าลืมนึกว่าไม่มีข้อมูลที่ดีที่สุด มีแต่ข้อมูลที่เหมาะสมกับสถานการณ์ของเรา ให้เราเลือกหยิบมาใช้ตามความเหมาะสมกับลูกเรา

ครูทิว : การรับข้อมูลสำคัญที่ “การฟัง” และ “การถาม” ทั้งผู้ใหญ่และเด็กจะต้องมีทักษะการฟัง คือฟังแล้วเข้าใจสิ่งที่อีกฝ่ายหนึ่งกำลังสื่อสาร ฟังอย่างตั้งใจเพื่อให้อีกฝ่ายรู้สึกว่าคุณค่า ส่วนการถามนั้นเป็นเครื่องมือในการช่วยฟัง จะต้องถามเด็กแบบที่ทำให้เขาไม่รู้สึกกลัวที่จะตอบ ชวนให้เด็กได้เห็นมุมมองที่หลากหลาย เพื่อให้เขาหัดตั้งคำถามกับสิ่งที่พบเจอ

ครูเม : อีกเรื่องหนึ่งที่ทั้งผู้ใหญ่และเด็กต้องฝึกไปด้วยกัน คือการไม่เคยชินกับความรวดเร็ว สังคมสมัยนี้ทุกอย่างรวดเร็วมาก จนทำให้รู้สึกที่เรารอไม่ได้ เราช้าไม่เป็น กลายเป็นเราไม่มีความอดทน ทั้งที่บางเรื่องไม่สามารถใช้ความเร็วหรือทางลัดได้ เช่น การฝึกดนตรี การเล่นเกม เพราะฉะนั้นการอดทน ค่อยๆ เรียนรู้อย่างสม่ำเสมอจนเกิดเป็นความเชี่ยวชาญ เป็นเรื่อง que ทุกคนจะต้องเข้าใจ





แม่ปี - มิรา เวฬุภาค นักวิจัยอิสระด้านการศึกษาทางเลือก CEO และผู้ก่อตั้ง Flock Learning และ Mappa Platform

การตั้งคำถามเป็นเรื่องสำคัญสำหรับเด็ก มีวิธีการใดบ้างที่ช่วยกระตุ้นให้เขากล้าถาม

ครูทิว : สิ่งที่จะกระตุ้นให้เด็กกล้าถามคือความรู้สึกปลอดภัย ผู้ใหญ่ต้องเป็นพื้นที่ปลอดภัยสำหรับเขา เพื่อให้เด็กสบายใจ กล้าคิด กล้าถาม กล้าบอกเล่าปัญหาให้เรา ผู้ใหญ่จะต้องไปไม่ตัดสินเขา ให้เขาเป็นตัวของตัวเอง โดยที่เราอยู่เคียงข้างเขา และค่อยๆ ถอยห่างออกมาเมื่อเขาโตขึ้น แต่การถอยห่างที่ว่านั้นไม่ใช่การทอดทิ้ง เมื่อเขามีปัญหาแล้วหันกลับมาก็ยังมองเห็นเราอยู่

ครูเม : พื้นที่ปลอดภัยโยงไปถึงความสัมพันธ์ หากมีพื้นที่ตรงนี้เด็กจะกล้าเป็นตัวเขา กล้าที่จะผิดพลาด เพราะรู้ว่าความผิดพลาดเป็นเรื่องธรรมดา เมื่อเด็กตอบคำถามเราควรใส่ใจและไม่ตัดสิน ไม่มองว่าเป็นเรื่องตลก ให้เกียรติเขาด้วยการฟังเขาจนจบ โดยไม่สั่งสอนหรือตำหนิ เป็นการรับฟังกันในฐานะที่เป็นมนุษย์เหมือนกัน ไม่



สำนักวิทยบริการและเทคโนโลยีสารสนเทศ ARIT NPRU

มองกันเรื่องอายุ สถานะ แล้วเขาก็จะให้เกียรติเรากลับมาเอง ยิ่งเรายอมรับเขาเท่าไร เขาก็ยิ่งยอมรับเราเท่านั้น เราอาจจะไม่ต้องใช้วิธีการสอนโดยบอกให้เขาทำแบบนั้นแบบนี้ แต่ลงมือทำให้เขาเห็น เพราะตามหลักจิตวิทยาแล้ว คนเรียนรู้จากการเลียนแบบ เราจึงต้องเป็นแบบอย่างที่ดีให้เขาเห็นเพื่อให้เขาทำตาม

แม่ปี : การตั้งคำถามเป็นเรื่องธรรมชาติที่ทุกบ้านควรทำ ผู้ใหญ่และเด็กจะต้องตั้งคำถามได้ทั้งสองฝ่าย เพื่อให้เกิดการแลกเปลี่ยนเรียนรู้และเข้าใจ แต่ถึงอย่างนั้น การไม่ถามก็ไม่ได้แปลว่าเด็กไม่ฉลาด เราอย่าไปกระตุ้นให้เด็กต้องตั้งคำถามกับเราในเวลาที่เขาไม่มีคำถาม เพราะจะทำให้เขาอึดอัดและรู้สึกรำคาญ ให้เขาเป็นฝ่ายถามเราเอง และเราต้องใส่ใจที่จะตอบคำถามนั้น



ครูทิว - ธนวรรณ สุวรรณपाल คุณครูและผู้ร่วมก่อตั้งเพจ ครูขอสอน



ทำอย่างไร เมื่อผู้ใหญ่ทำผิดแต่ไม่กล้าพูดคำว่าขอโทษ

ครูเม : ถ้ายังไม่อยากพูดขอโทษ เราเริ่มด้วยทางบวกด้วยการพูดขอบคุณก่อน ชื่นชมด้วยความจริงใจ หรือบอกความรู้สึกให้ลูกรู้ว่าที่พูดหรือทำไม่ดีกับลูก เรารู้สึกเสียใจ แล้วค่อยพูดขอโทษเขา ความรู้สึกเป็นเรื่องที่ทุกคนควรแสดงออกมาได้ แต่ต้องไม่ทำร้ายซึ่งกันและกัน อย่าบอกว่าอย่าร้องไห้ นะ อย่าโกรธนะ เพราะอารมณ์คือพลังงานอย่างหนึ่ง ควรอนุญาตให้เขาปล่อยออกมา หากเราห้ามไม่ให้เขาปล่อยความรู้สึกออกมา พลังงานนั้นจะกลับเข้าไปทำร้ายเขาเอง

แม่บี : บางครั้งพ่อแม่อาจไม่รู้ตัวตัวเองทำผิด เป็นความเคยชินที่คิดว่าทำได้ แต่เพราะพ่อแม่มีอิทธิพลอยู่เหนือลูก ลูกก็เลยไม่ค่าน ซึ่งเราต้องหาทางจัดการเรื่องนี้ อย่างกรณีของแม่บีจะให้ลูกคอยส่งสัญญาณ พูดคำว่า “เอ๊ะๆ” เมื่อเห็นว่าแม่กำลังทำผิด หรือหงุดหงิด เพื่อเรียกสติเรา แต่เราเองก็ต้องฝึกขอโทษให้ลูกรู้ว่าเขาไม่ใช่คนที่ผิดตลอดเวลา ไม่อย่างนั้นเขาจะคิดว่าคนเป็นลูกต้องผิดเสมอ

ครูทิว : ผู้ใหญ่ต้องมองเด็กว่าเป็นมนุษย์เท่ากันกับเรา มีผิดพลาดได้ ต้องเรียนรู้ไปพร้อมกับเขา และกล้าหาญพอจะพูดความรู้สึกออกไป



เมื่อพี่น้องไม่ยอมกัน มีวิธีแก้ไขปัญหานี้อย่างไร

ครูเม : เป็นเรื่องปกติที่พี่น้องจะทะเลาะกัน เพราะเด็กอยู่ในวัยที่เอาตัวเองเป็นที่ตั้ง สิ่งที่เขาสนใจมักผ่านมุมมองของเขามากกว่าคนอื่น คนเป็นพี่จะรู้สึกว่าน้องไม่ฟัง ไม่ทำตาม พ่อแม่จะต้องตั้งกติกาให้ชัดเจนว่าหาก



สำนักวิทยบริการและเทคโนโลยีสารสนเทศ ARIT NPRU

ทะเลาะกันจะต้องอยู่ภายใต้กฎ 3 ข้อ คือ ไม่ทำร้ายตัวเอง ไม่ทำร้ายคนอื่น ไม่ทำร้ายข้าวของ เมื่อทะเลาะกันแล้ว ต้องคืนดีและทำความเข้าใจกัน พ่อแม่ต้องรับฟังทุกคนอย่างเท่าเทียม เมื่อเราไม่ได้อยู่ในเหตุการณ์ก็อย่าเพิ่งตัดสิน ฟังลูกแต่ละคนแล้วประมวลว่าใครเป็นคนลงมือก่อน ใครทำผิดกฎนี้ให้รับผิดชอบตัวเอง เช่น ขอโทษ หยุดกิจกรรมที่กำลังทำอยู่ หรือถ้าลูกยังจัดการกับอารมณ์ตัวเองไม่ได้ให้แยกตัวเขาออกไปพูดคุยเพื่อสงบสติอารมณ์ พ่อแม่ต้องทำหน้าที่เป็นผู้ควบคุมกติกา และต้องไม่ทำให้ลูกรู้สึกอับอายต่อหน้าคนอื่น

แม่บี : พี่น้องทะเลาะกันไปเรื่องปกติของทุกคนครับ แม่บีจะปล่อยเลย เดี่ยวเขาก็คืนดีกันเอง แต่หลังจากนั้นจะไปคุยกับลูกๆ ถึงสาเหตุที่เขาทำ หรือความรู้สึกที่ถูกกระทำว่าเป็นอย่างไร เป็นการพูดคุยที่ไม่ใช่การสั่งสอน เพื่อทำความเข้าใจมุมมองของแต่ละคน ซึ่งจะช่วยให้พวกเขาเข้าใจกัน

ครูทิว : ไม่ว่าจะเป็นที่โรงเรียนหรือที่บ้าน สิ่งที่จะต้องมียคือ กติกาที่ยุติธรรมกับทุกคน พ่อแม่ครูมีบทบาทสำคัญที่จะช่วยควบคุมกติกา และเมื่อเกิดการทะเลาะกันจะต้องเข้าใจถึงความต้องการของเด็กแต่ละคนว่าเขาคิดอะไร ทำให้เขานึกถึงผลกระทบที่จะเกิดขึ้นจากการกระทำของเขา ให้เขาตระหนักถึงตัวเองพร้อมกับเข้าใจคนอื่น

พ่อ แม่ ครู อยากปรับตัวเองให้เข้ากับเด็กได้ ต้องปรึกษาใครหรือช่องทางไหน

ครูเม : พ่อแม่ควรปรึกษาจิตแพทย์ นักจิตวิทยาคลินิก หรือนักจิตวิทยาครอบครัว เพื่อให้มีคนกลางสะท้อนความคิดออกมา อาจจะไปโรงพยาบาลแผนกด้านจิตเวชเด็กและครอบครัว เราต้องกล้าขอความช่วยเหลือ และเลือกจิตแพทย์ที่เหมาะสมกับเรา เหมือนเลือกเทรนเนอร์ประจำตัว

สมัยนี้มีบริการพบจิตแพทย์ผ่านทางออนไลน์ แต่บางเรื่องออนไลน์อย่างเดียวตอบคำถามได้ไม่ครบ เหมือนเราเป็นผู้ฟัง ถ้ามองจากภาพอย่างเดียวก็รักษาไม่ได้ ต้องผ่านการทดสอบว่าแพ้อะไร เพราะฉะนั้นการมาพบจิตแพทย์ด้วยตัวเองเป็นเรื่องสำคัญ เพื่อที่จะได้รับฟังความคิดเห็นของทั้งฝั่งพ่อแม่ และฝั่งลูก ไม่ได้ฟังความข้างเดียว

ครูทิว : อาจใช้การแลกเปลี่ยนเรียนรู้กันในสังคมครู หรือสังคมพ่อแม่ เพราะแต่ละคนมีประสบการณ์ที่ต่างกันออกไป ซึ่งอาจจะช่วยแนะนำวิธีการแก้ปัญหากันได้

แม่บี : ก่อนที่จะถึงขั้นไปพบจิตแพทย์ เราควรแก้ไขตั้งแต่ขั้นต้นเลย หากโลกที่ช่วยให้พ่อแม่ได้ปรึกษาพูดคุยในลักษณะที่เป็นกลุ่มพ่อแม่ด้วยกันเอง ช่วยกันแลกเปลี่ยนความคิดเห็น วิธีแก้ปัญหา อาจจะเข้าไปในเฟซบุ๊กที่มีกลุ่มพูดคุยของพ่อแม่ คำตอบของพวกเขาอาจจะเป็นทางออกให้เราได้ อีกอย่างคือเราต้องอดทนเมื่อเจอปัญหาเหมือนกับเราปลูกดอกไม้สองชนิด คือกุหลาบกับทานตะวัน มันไม่มีทางบานพร้อมกันได้ เราบังคับสิ่งนี้ไม่ได้ เรื่องบางเรื่องที่เราารู้สึกว่าเป็นเรื่องใหญ่มากสำหรับวันนี้ แต่พอเวลาผ่านไป สถานการณ์อาจคลี่คลายไปในทางที่ดีขึ้นได้





หากมีคนอื่นไม่เข้าใจวิธีการสอนลูกในแบบของเรา ต้องทำอย่างไร

ครูทิว : อย่างแรกเลยคือเราต้องมั่นใจในสิ่งที่เราทำว่าเป็นอะไร การที่เราอยู่เคียงข้างเด็กอาจมีคนเข้าใจว่าเป็นการเข้าข้าง แต่ความจริงแล้วการอยู่เคียงข้างคือการรับฟัง สร้างความไวใจ ให้เด็กกล้าบอกปัญหากับเรา ถ้าเราทำแล้วผลออกมาดี คนอื่นก็จะยอมรับในสิ่งที่เราทำและเข้าใจเราได้ในที่สุด

ครูเม : เราต้องฟังเสียงตัวเอง ฟังเสียงเด็ก ต้องมั่นใจว่าสิ่งที่เราทำส่งผลดีต่อเด็ก และทำสิ่งนั้นต่อไป

แม่บี : เราต้องดูลูกเราเป็นหลัก เพราะเขาคือเป้าหมายของเรา เราทำทุกอย่างเพื่อคนคนนี้ การทำโฮมสคูลให้ลูกช่วงแรกๆ แม่บีก็มีหวั่นไหว บางครั้งก็คิดว่าหรือเราจะล้มเลิกให้ลูกเข้าโรงเรียนแบบลูกบ้านอื่นดี แต่สุดท้ายก็กลับมามองลูกเป็นหลัก ถ้าเห็นว่าเขายังสนุกอยู่ ยังชอบสิ่งที่เราทำให้ เราก็ทำต่อไป

ฝากอะไรทิ้งท้ายให้กับพ่อแม่และครูที่กำลังหาวิธีการเลี้ยงดูเด็กให้เหมาะสมกับยุคสมัยนี้

ครูทิว : งานของครูคือการเฝ้าดูพัฒนาการของนักเรียน คอยสนับสนุนเขา ส่วนพ่อแม่มีหน้าที่เลี้ยงดู ซึ่งทั้งครูและพ่อแม่ต่างก็มีเป้าหมายเดียวกันคือต้องการให้เด็กเติบโตอย่างสมบูรณ์ เพราะฉะนั้นจึงต้องร่วมมือกันเพื่อก้าวไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ

ครูเม : ระหว่างทางในการเลี้ยงเด็กคนหนึ่งให้เติบโตมีอะไรมากมายที่ต้องพบเจอ พ่อแม่หรือครูควรจะใช้เวลากับเขาให้มาก อยู่เคียงข้างเขา ไม่ใช่เดินนำหน้าผลอควบคุมเขามากเกินไป หรือเดินตามหลังให้เขาควบคุมทุกอย่าง และก่อนจะทำอะไรขอให้คิดทบทวนให้ดี เพราะบาดแผลสร้างง่ายและไม่ใช้ระยะเวลาสั้นๆ ที่จะรักษาได้



สำนักวิทยบริการและเทคโนโลยีสารสนเทศ ARIT NPRU

บางบาทผลอาจอยู่กับเด็กตลอดไป

แม่ปี : ผู้ใหญ่จะต้องหาจุดกึ่งกลางให้เจอ ไม่ไปควบคุมลูกมากเกินไป หรือเข้าไปควบคุมกระบวนการเติบโตของเขาตลอดเวลา กลับมานึกถึงเรื่องตัวเองบ้าง แบ่งเวลาให้ตัวเองบ้าง เป็นต้นแบบที่ดีให้ลูก ในหนึ่งวันเราอาจไม่ได้อยู่กับลูกตลอดเวลา แต่ช่วงเวลาที่อยู่กับเขาคือเวลาคุณภาพ ที่เราต้องจัดสรรเวลาเพื่อเชื่อมความสัมพันธ์ และใช้เวลาใช้น้อยอย่างคุ้มค่าที่สุด

ที่มา <https://www.tkpark.or.th/tha/home>

[#เราจะฝ่าวิกฤตไปด้วยกัน](#)

[#SocialDistancing](#)

[#สำนักวิทยบริการฯมหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม](#)

หรือ <http://arit.npru.ac.th/>

<http://www.npru.ac.th/>

