



สำรวจใจเรา เข้าถึงใจลูก

Iceberg Theory



ทลายภูเขาน้ำแข็งในใจลูก
ด้วยพลังบทสนทนาของ
เวอร์จิเนีย ซาเทียร์

สำหรับ
พ่อแม่ที่อยากเข้าใจลูก
ครูที่อยากเข้าใจศิษย์
และทุกคน
ที่อยากเข้าใจคนอื่น



Lee Chung Chien เขียน
สุภาพิศ โชติธรรมวัฒนา แปล

ริตา พัทธกษิณสุข คำนิยม

薩提爾的對話練習 Satir: Iceberg Model Conversation

สำรวจใจเรา เข้าถึงใจลูก

Lee Chung Chien เขียน
สุภาพิศ โชติธรรมวัฒนา แปล
พิมพ์ศิธร ออสติ ออกแบบปก
พรกวีรินทร์ แสงสินชัย บรรณาธิการ

พิมพ์ครั้งที่ 1 เมษายน 2562

ราคา 285 บาท

薩提爾的對話練習 Satir: Iceberg Model Conversation

Copyright © 2017 by Lee Chung Chien (李崇建)

First Published in Complex Chinese by CommonWealth Education Media and Publishing Co., Ltd.

Thai edition © Nanmeebook Co., Ltd., 2019

Published by arrangement with B. K. Norton

All rights reserved

© ลิขสิทธิ์ภาษาไทย 2562: บริษัท นานมีบุ๊คส์ จำกัด
สงวนลิขสิทธิ์ตามพระราชบัญญัติลิขสิทธิ์ (ฉบับเพิ่มเติม) พ.ร. 2568

ข้อมูลทางบรรณานุกรมของหอสมุดแห่งชาติ

ทล., ฉงเจียน.

สำรวจใจเรา เข้าถึงใจลูก. -- กรุงเทพฯ: อินสเปียร์, 2562.

312 หน้า.

1. จิตวิทยาเด็ก. 3. การเรียนรู้. I. สุภาพิศ โชติธรรมวัฒนา, ผู้แปล.

II. อรรถนิษฐ์ สุนเกษม, ผู้วาดภาพประกอบ. III. ชื่อเรื่อง.

165.4

ISBN 987-616-04-4525-7

ประธานเจ้าหน้าที่บริหาร คิม จงสถิตยวัฒนา • กรรมการผู้จัดการ สมชัย ดาวรุ่งโรจน์ • ผู้จัดการสำนักพิมพ์ สุชาดา
งามวัฒนาจินดา • บรรณาธิการบริหาร เออัยจิตร บุญมาก • บรรณาธิการบริหาร สุวพันธ์ ชัยปัจจา • พิสูจน์อักษร
ตรีโรจน์ ไพบูลย์พงษ์ พรรณราย สุตวัฒณคุณ • กราฟิก คีออร์ เน้แฉล้ม • หัวหน้าประสานงานการผลิต จรัสศรี พรหมเทพ
• ประสานงานการผลิต พรพรรณ แก่งแปงกอบ พรทิพย์ ทองบุตร

เพลตที่ พีพีเพลท แอนด์ พริ้นท์ โทร. 0-2274-7988 พิมพ์ที่ อักษรสัมพันธ์ โทร. 0-2428-7500 ต่อ 213

จัดพิมพ์โดย สำนักพิมพ์อินสเปียร์ ในเครือ บริษัท นานมีบุ๊คส์ จำกัด

จัดจำหน่ายโดย

 **NANMEEBOOKS**

บริษัท นานมีบุ๊คส์ จำกัด

เลขที่ 11 ซอยสุขุมวิท 31 (สวัสดี) ถนนสุขุมวิท แขวงคลองเตยเหนือ เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10110

โทร. 0-2670-9800, 0-2662-3000 โทรสาร 0-2662-0919

e-mail: editorial@nanmeebooks.com • www.nanmeebooks.com • www.facebook.com/nanmeebooksfan

หนังสือเล่มนี้ใช้กระดาษปลอดสารพิษ ไม่ระคายเคืองผิวหนัง ช่วยถนอมสายตา
และใช้หมึกธรรมชาติจากน้ำมันถั่วเหลือง จึงปลอดภัยต่อมนุษย์และเป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อม

หากหนังสือเล่มนี้ลืมนำมาได้มาตรฐาน สำนักพิมพ์ยินดีรับผิดชอบเปลี่ยนเล่มใหม่ให้ โดยไม่มีเงื่อนไขใดๆ ทั้งสิ้น
โปรดส่งไปเปลี่ยนตามที่อยู่บริษัท หรือติดต่อ Nanmeebooks Call Center โทร. 0-2662-3000 กด 1

สารบัญ

010

บทนำ



- 018** **ณ ที่ไกลโพ้น:** แรกพบภูเขาน้ำแข็ง
- 038** **ภายใต้ผิวน้ำ:** ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับโมเดลภูเขาน้ำแข็ง
- 060** **ขยับเข้าใกล้:** สังเกตและรับรู้ความทรงจำเกี่ยวกับร่างกายและอารมณ์
- 078** **สงสัยใคร่รู้:** แบบฝึกหัดก่อนฝึกพูดคุยด้วยโมเดลภูเขาน้ำแข็ง
- 120** **ขยายผล:** เส้นทางเข้าสู่ภูเขาน้ำแข็ง
- 146** **เติบโต:** ค้นหาตัวตนของตัวเอง
- 168** **ความปรารถนา:** พูดคุยกับตัวเอง
- 190** **เชื่อมโยง:** ภูเขาน้ำแข็งของพี่กับน้อง
- 208** **เห็นอกเห็นใจ:** การสำรวจซึ่งกันและกันระหว่างสมาชิกรรยา
- 218** **ยอมรับ:** ภูเขาน้ำแข็งของเด็กวัยรุ่น
- 242** **เผยแพร่:** ข้อคิดที่ได้จากการนำไปใช้ในโรงเรียน
- 306** **บทส่งท้าย**
- 310** **ภาคผนวก:** ภูเขาน้ำแข็งของพ่อแม่กับภูเขาน้ำแข็งของลูก

บทนำ

โมเดลภูเขาน้ำแข็งของเวอร์จิเนีย ซาเทียร์
ไม่เพียงใช้สื่อสารกับคนอื่นเท่านั้น
แต่ยังใช้สื่อสารกับตัวเองได้ด้วย
การสำรวจภูเขาน้ำแข็งจะทำให้เราเข้าใจตัวเอง
และเข้าใจคนอื่นมากขึ้น
สื่อสารกับคนอื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น
ส่งผลให้ทั้ง 2 ฝ่ายมีพลังชีวิตเพิ่มขึ้น
และทำให้เรารับมือกับสถานการณ์ต่างๆ ในชีวิตได้ดียิ่งขึ้น

ไททานิก เรือโดยสารขนาดใหญ่ยักษ์ออกเดินทางเที่ยวปฐมฤกษ์เมื่อปี ค.ศ. 1912 ในการเดินทางครั้งนั้นเรือไททานิกพุ่งชนภูเขาน้ำแข็งและจมดิ่งลงสู่ก้นมหาสมุทร ส่งผลให้มีผู้เสียชีวิตกว่า 1,500 ราย ถือเป็นโศกนาฏกรรมทางทะเลที่รุนแรงที่สุดในศตวรรษที่ 20 เรื่องราวโศกนาฏกรรมครั้งใหญ่ที่ต้องจารึกไว้ในประวัติศาสตร์โลกนี้ถูกนำมาสร้างเป็นภาพยนตร์โดยเจมส์ แคเมรอน ผู้กำกับภาพยนตร์ชื่อดัง และกวาดรายได้ไปมหาศาล

การผจญภัยเรื่องความรักซึ่งเข้ากับโศกนาฏกรรมทางทะเล ถือเป็นความสามารถในการถ่ายทอดเรื่องราวแบบหนึ่ง เรื่องราวแต่ละเรื่องมีวิธีถ่ายทอดได้หลายวิธี แม้ว่าบทสรุปของเรื่องจะเหมือนกัน แต่ถ้าใช้วิธีถ่ายทอดต่างกัน ผู้ชมหรือผู้ฟังย่อมรู้สึกต่างกันไป หรือแม้กระทั่งถ่ายทอดด้วยวิธีเดียวกัน ก็ยังทำให้ผู้ชมหรือผู้ฟังรู้สึกต่างกันได้ เนื่องจากคนแต่ละคนก็เปรียบเหมือนภูเขาน้ำแข็งลูกหนึ่ง เรื่องราวที่เข้ามาปะทะภูเขาน้ำแข็งทำให้เกิดความรู้สึกและการรับรู้ที่แตกต่างกันออกไป

แล้วเพราะอะไรเรือไททานิกจึงพุ่งชนภูเขาน้ำแข็ง เรื่องนี้ แม้แต่ผู้เชี่ยวชาญเองก็ยังหาข้อสรุปไม่ได้ ที่ผ่านมามีสมมติฐาน



หลายอย่าง เนื่องจากข้อเท็จจริงต่างๆ ได้จมลงไปพร้อมเรือโททานิก แล้ว และต่อให้ผู้โดยสารทุกคนบนเรือรอดชีวิตมาได้ เราก็อาจไม่รู้สาเหตุที่แท้จริง หรือจริงๆ แล้วสิ่งที่เราควรถามก็คือ เราคาดหวังคำตอบอะไรจากการหาหลักฐานเหตุการณ์ครั้งนั้น และคำตอบนั้น มีผลกระทบต่อเราอย่างไร

เราตรวจสอบผลของเหตุการณ์ประวัติศาสตร์สักเหตุการณ์ หรือละครสักฉาก เพียงเพื่อตอบสนองความอยากรู้เท่านั้น

แต่หากเป็นเรื่องที่เกิดขึ้นกับตัวเอง หรือเป็นเรื่องที่ญาติมิตรเล่าให้ฟัง คนทั่วไปจะตีความอย่างไร การตีความเหล่านั้นมีประโยชน์หรือไม่ เนื้อหาสาระจากการตีความเรื่องราวที่เกิดขึ้นจะเป็นอย่างไร มีความหมายต่อชีวิตเราหรือไม่ มีประโยชน์ต่อชีวิตเราหรือไม่ และจะทำให้ทั้ง 2 ฝ่ายเรียนรู้และเติบโตร่วมกันได้หรือไม่

คำถามต่างๆ ข้างต้นคือประเด็นที่หนังสือเล่มนี้ต้องการอธิบาย เหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตเรา เช่น ลูกเอาแต่เล่นคอมพิวเตอร์ ทั้งที่การบ้านมากมายจนไม่เคยทำเสร็จ สองพี่น้องชอบทะเลาะกัน คุณพูดสิ่งที่ไม่ควรพูดออกไป คุณหรือลูกโกรธกันเพราะเรื่องใด เรื่องหนึ่งนานมาก...เราควรตีความเหตุการณ์เหล่านั้นอย่างไร เหตุการณ์



เหล่านี้มีผลต่อทั้ง 2 ฝ่ายอย่างไร หลังตีความเหตุการณ์แล้วคุณรู้สึกถึงพลังที่เกิดขึ้นหรือไม่ ทำอย่างไรจึงจะเข้าใจภูเขาน้ำแข็งส่วนที่จมอยู่ใต้ผิวน้ำได้ หากเราทำได้ทั้ง 2 ฝ่ายก็ไม่ต้องตกอยู่ในวังวนแห่งปัญหาและความขัดแย้งอีกต่อไป

ภูเขาน้ำแข็งในเชิงสัญลักษณ์

วิธีสื่อสารที่หนังสือเล่มนี้จะแนะนำให้คุณรู้จักคือโมเดลภูเขาน้ำแข็งของเวอร์จิเนีย ซาเทียร์ วิธีนี้ไม่เพียงใช้สื่อสารกับคนอื่น แต่ยังใช้สื่อสารกับตัวเองได้ด้วย การสำรวจภูเขาน้ำแข็งจะทำให้เราเข้าใจตัวเองและเข้าใจคนอื่นมากขึ้น สื่อสารกับคนอื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น ส่งผลให้ทั้ง 2 ฝ่ายมีพลังชีวิตเพิ่มขึ้น และทำให้เรารับมือกับสถานการณ์ต่างๆ ในชีวิตได้ดียิ่งขึ้น

คนทั่วไปมักตีความภูเขาน้ำแข็งจากด้านเดียวด้วยความคิดที่ตายตัว และต้องทนทุกข์เรื่อยมาโดยไม่รู้ตัว การสำรวจภูเขาน้ำแข็งจะช่วยให้เราทำความเข้าใจตัวเองและคนอื่นเสียใหม่ ทำให้เราเลือกวิธีรับมือกับสถานการณ์ต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม

แม้จะไม่รู้สาเหตุที่เรือไททานิกชนภูเขาน้ำแข็ง แต่เราต่างก็รู้ว่าโครงสร้างของภูเขาน้ำแข็งเป็นอย่างไร ภูเขาน้ำแข็งส่วนที่อยู่เหนือผิวน้ำเป็นเพียงยอดของมัน ส่วนที่จมอยู่ใต้ผิวน้ำต่างหากที่เป็นส่วนประกอบหลัก

ด้วยเหตุนี้ภูเขาน้ำแข็งจึงถูกนำมาใช้เป็นสัญลักษณ์ โมเดล ภูเขาน้ำแข็งของชาเทียร์ที่ผมศึกษาได้เปรียบเทียบกับคน 1 คนกับ ภูเขาน้ำแข็ง ดังนั้น จึงพัฒนามาเป็นโมเดลภูเขาน้ำแข็งนี้ หากจะ ให้อธิบายโมเดลภูเขาน้ำแข็งอย่างละเอียดตั้งแต่ขั้นพื้นฐานไปจนถึง ขั้นซับซ้อน คงพูดไม่จบในครั้งเดียว ก่อนเริ่มตีความโมเดลภูเขาน้ำแข็ง ในบทต่อไป ขอให้ลองอ่านเรื่องที่ทุกท่านอาจเคยได้ยินได้ฟังกัน จนคุ้นหูแล้ว

อันตรายจากการมองเหตุการณ์เพียงผิวเผิน

ชายหญิงคู่หนึ่งแต่งงานกัน ฝ่ายหญิงตั้งครรภ์แต่เสียชีวิต ตอนคลอดลูก

แม้ฝ่ายชายจะเศร้าเสียใจเพียงใด แต่ชีวิตก็ต้องดำเนินต่อ เพราะหัดที่ลูกรอดมาได้ และเขายังมีสุนัขตัวหนึ่งเป็นเพื่อน สุนัขตัวนี้ ซื่อสัตย์ต่อเจ้านายมาก ทั้งยังฉลาดแสนรู้อีกด้วย

วันหนึ่ง ชายคนดังกล่าวออกจากบ้านไปตลาด ขากลับเจอ หิมะตกหนักปิดทางจึงกลับบ้านไม่ได้ วันต่อมาหิมะหยุดตก เขารีบ ดันดันกลับบ้านด้วยความเป็นห่วงลูกน้อย

ชายคนนั้นลากสังขารอันอ่อนล้ามาถึงหน้าบ้าน ยังไม่ทันจะ ก้าวเข้าประตู เจ้าสุนัขก็ออกมาต้อนรับเจ้านายของมันแล้ว

เมื่อชายคนนั้นรีบผลักประตูเข้าไปก็พบว่าข้าวของในบ้าน



กระจัดกระจาย อีกทั้งลูกน้อยของเขาก็หายไป ชายคนนั้นเห็นว่า มีรอยเลือดอยู่เต็มบ้าน เตียงนอนลูกก็มีเลือด เมื่อเขาหันกลับไป มองสุนัขพบว่าที่ปากมันมีเลือดเต็มไปหมดเช่นกัน!

ชายคนนั้นตกตะลึงและโกรธแค้นสุดขีด เจ้าสุนัขตัวนี้ถึงกับ กล้าก่อดินายน้อยของมันจนตาย คิดไม่ถึงว่ามันจะแสดงสัญชาตญาณ สัตว์ป่ากินลูกของเขาลงไป

ชายคนนั้นเห็นขวานเล่มหนึ่งอยู่ในบ้านจึงคว้าม่าฟันสุนัข เต็มแรง เจ้าสุนัขถูกฟันตายคาที่ ชายคนนั้นมองขวานในมือ มอง สภาพกรงรั้งรอบตัว และมองสุนัขซึ่งนอนกองอยู่บนพื้น ขณะ กำลังสับสนว่าวุ่นใจนั่นเอง เขาก็ได้ยินเสียงร้องให้ดังมาจากใต้เตียง จากนั้นก็เห็นเด็กน้อยคลานออกมา เขารีบอุ้มลูกขึ้น เห็นว่าบนตัวลูก มีรอยเลือด แต่กลับไม่ได้รับบาดเจ็บแม้แต่น้อย

ชายคนนั้นรู้สึกแปลกใจมาก ที่จริงแล้วเหตุการณ์เป็นอย่างไร กันแน่

ชายคนดังกล่าวกลับมาสำรวจเนื้อตัวเจ้าสุนัขอย่างละเอียด ตอนนี้เองเขาจึงได้พบว่าที่ขาขวาของมันมีแผลฉีกขาด เลือดยังไหล อยู่! เมื่อครู่เขาตื่นกลัวจนขาดสติจึงมองไม่เห็นแผลนี้

ชายคนนั้นมองรอบบ้านอีกครั้ง เขาพบว่าหมาป่าตัวหนึ่ง นอนอยู่ตรงมุมบ้าน หมาป่าตัวนั้นหมดลมหายใจไปนานแล้ว ในปาก ยังคาบชิ้นเนื้อที่กัดจากขาขวาของเจ้าสุนัขอยู่ ตอนนี้เองเขาจึง ปะติดปะต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นทั้งหมดได้ ที่แท้เจ้าสุนัขก็ช่วยชีวิต นายน้อยของมันไว้ ถึงแม้จะบาดเจ็บแต่ก็ยังพยายามต่อสู้จนล้ม

หมาป่าสำเร็จ แต่เมื่อมันออกไปรอรับเจ้านายกลับบ้าน กลับถูก
เจ้านายเข้าใจผิดและฆ่าทิ้งด้วยความวู่วาม

ข่าวของระเถะระกะเต็มบ้าน ปากเจ้าสุนัขเต็มไปด้วยเลือด ➔
นี่ก็คือด้านเดียวของภูเขาน้ำแข็ง เราต้องตรวจสอบอย่างละเอียด
จึงจะเห็นภูเขาน้ำแข็งได้รอบด้าน

ผมขอใช้เรื่องนี้อธิบายโมเดลภูเขาน้ำแข็ง นี่เป็นเพียงวิธี
อธิบายที่ง่ายที่สุด จึงไม่อาจอธิบายโมเดลภูเขาน้ำแข็งได้รอบด้าน
และสมบูรณ์แบบ ภูเขาน้ำแข็งไม่ได้มีเพียงเปลือกนอก เรื่องราว
ของชายกับสุนัขเป็นเพียงเรื่องที่แต่งขึ้น แต่ก็สะท้อนให้เห็นข้อจำกัด
ของการมองภูเขาน้ำแข็งจากด้านเดียว

การใช้ภูเขาน้ำแข็งเป็นสัญลักษณ์นั้นก็เปรียบได้กับผืนป่า
อันดงามผืนหนึ่ง เราต้องสำรวจอย่างรอบด้านจึงจะเห็นภาพที่
แท้จริงทั้งหมด เรื่องราวของชายกับสุนัขเป็นเพียงการอธิบายอย่าง
ง่ายๆ หากมองลึกลงไปในพฤติกรรมก็ยังต้องพิจารณาความรู้สึก
ความคาดหวัง ทัศนคติ และความปรารถนาของคนแต่ละคนด้วย
ปัจจัยเหล่านี้ก็อาจเป็นเพียงด้านเดียวของภูเขาน้ำแข็งด้วยเช่นกัน
ยกตัวอย่างเช่น ทัศนคติที่คับแคบ ความรู้สึกที่มีข้อจำกัด...แล้วเรา
จะสำรวจภูเขาน้ำแข็งของคนคนหนึ่งอย่างรอบด้านมากขึ้นได้อย่างไร
รวมถึงเราจะจัดการกับภูเขาน้ำแข็งของคนคนหนึ่งได้อย่างไร
สิ่งเหล่านี้เองที่ทำให้ภูเขาน้ำแข็งสวยงามและน่าค้นหา ในบทต่อไป
ผมจะอธิบายให้เข้าใจทีละประเด็น



ณ ที่ไกลโพ้น: แรกพบภูเขาน้ำแข็ง



การหยุดนิ่งเป็นพลังแฝงเร้นอย่างหนึ่ง
การหยุดนิ่งช่วยให้ทั้ง 2 ฝ่ายตระหนักรู้
และช่วยให้ความรับรู้ของเราลึกซึ้งยิ่งขึ้น
ระหว่างที่ผมหยุดนิ่ง ช่วงเวลานั้นทั่วบริเวณพลันเงียบสงบ
ราวกับโลกทั้งใบหยุดหมุน

เมื่อเอ่ยถึงภูเขาน้ำแข็ง เชื่อว่าผู้อ่านหลายท่านคงนึกถึง
โศกนาฏกรรมของเรือไททานิก สำหรับคนที่ไม่คุ้นเคยกับบทกวี
ของซาเทียร์ ก็คงนึกภาพโมเดลภูเขาน้ำแข็งไม่ค่อยออก ดังนั้น
ผมจะขอแนะนำวิธีใช้โมเดลภูเขาน้ำแข็งไปที่ละขั้น

บทสนทนา 2 บทที่ผมยกตัวอย่างด้านล่างจะแสดงให้เห็น
วิธีกะเทาะด้านหนึ่งของภูเขาน้ำแข็ง เพื่อเราจะได้เปิดมุมมองของ
ตัวเองให้กว้างขวางและลึกซึ้งยิ่งขึ้น รวมทั้งวิธีนำสิ่งนี้ไปปรับใช้
ง่ายๆในชีวิต

พูดคุยด้วยโมเดลภูเขาน้ำแข็งในชีวิตประจำวัน

ในตลาดสดอันคึกคัก พ่อค้าแม่ขายต่างวุ่นวายอยู่ที่แผงลอย
ของตัวเอง ผู้คนที่มาจับจ่ายต่างเลือกซื้อของสดที่ต้องการ นี่เป็น
ฉากหนึ่งในชีวิตประจำวันที่เราคุ้นตา แต่ทุกวันนี้ผู้คนจำนวนมาก
เลือกไปซื้อของตามศูนย์การค้า ซูเปอร์มาร์เกต และซื้อของออนไลน์
คนหนุ่มสาวมักไม่ชอบตลาดสดที่วุ่นวายและมีกลิ่นไม่ชวนดม แต่
ไม่ว่าอย่างไรตลาดสดแบบดั้งเดิมก็ยังคงมีเสน่ห์ในตัวมันเอง

ผมชอบตลาดสดแบบดั้งเดิม และยังคงไปซื้อของที่ตลาดบ้าง
เป็นครั้งคราว ถือเป็นการเติมสีสันให้ชีวิตตัวเองแบบหนึ่ง

ผมไปสะดุดตาที่แผงขายของแผงหนึ่ง เป็นแผงขายขนมไหมฟ้า
แผ่นเล็กๆ ซึ่งทุกวันนี้ไม่ค่อยได้เห็นกันแล้ว ขนมไหมฟ้าหวานอร่อย

พ่อค้าหันน้ำตาลที่เคี้ยวจากข้าวมอลต์เป็นเส้นยาวๆ จากนั้นก็โรย
ถั่วลิสงบดละเอียดลงไป ตอนเด็กๆผมชอบกินขนมแบบนี้มาก

ที่หน้าแผงขายขนมใหม่ฟ้ามีเด็กผู้ชายอายุ 3 ขวบยืนอยู่
คนหนึ่ง เด็กคนนี้อาจเคยกินขนมใหม่ฟ้าแสนอร่อยมาก่อนแล้ว
เขาจึงมีสีหน้าท่าทางอยากกินและดูมีความสุข แต่หลังจากนั้นเพียง
เสี้ยววินาที เด็กก็กลับร้องไห้ขึ้นมาเสียเฉยๆ เกิดอะไรขึ้นกับเด็ก
คนนี้กันแน่

เด็กชายถือขนมใหม่ฟ้าอยู่ในมือพลางร้องไห้เสียงดัง แม่ของ
เขาไม่เข้าใจว่าลูกร้องไห้ทำไม

คนเป็นพ่อแม่ต่างก็มีประสบการณ์เหมือนกันอย่างหนึ่ง นั่นคือ
บางครั้งลูกที่หัวเราะชอบใจอยู่ดีๆ ก็กลับร้องไห้เองขึ้นมาโดยไม่รู้
สาเหตุ เมื่อเจอสถานการณ์แบบนี้ ผู้ใหญ่มักทำอะไรไม่ถูก และ
สุดท้ายก็ต้องอารมณ์เสียเสียเอง หรือไม่ก็ปล่อยให้เด็กร้องไห้ไปโดย
ไม่สนใจ นี่ก็เป็นอีกฉากหนึ่งที่เราพบเห็นได้ทั่วไปในชีวิตประจำวัน

ผู้คนมากมายเดินสวนกันไปมาในตลาด ไม่มีใครสนใจเรื่อง
เล็กน้อยที่พบเห็นอยู่บ่อยๆแบบนี้ คุณแม่ที่กำลังร้อนใจกับเด็กที่
ร้องไห้เอง

แม่ถามเด็กชายซ้ำแล้วซ้ำอีก แต่ก็ยังไม่รู้ว่าลูกร้องไห้ทำไม
แม่หวังดีนะลูก แต่เหตุการณ์กลับแย่ลงไปอีก จะไม่ให้แม่โมโห
ได้อย่างไร! หลังปลอบอยู่พักหนึ่งเด็กชายก็ยังไม่หยุดร้อง แม่เกิด
โมโหขึ้นมาอีกรอบ จึงตบลูกด้วยความรำคาญว่า "ก็หนูบอกเองไม่ใช่



เธอว่าอยากกินขนมไหมฟ้า แล้วทำไมตอนนี้ถึงไม่เอาแล้วละ เอ้า ไม่กินก็ไม่กิน..."

แม่แย่งขนมไหมฟ้าไปจากมือเด็กชาย เด็กชายยิ่งร้องไห้หนักกว่าเดิม พลังตะโกนว่า "หนูจะกิน!"

แม่จึงตอบกลับด้วยความโมโหว่า "แบบนี้ก็ไม่เอา! แบบนั้นก็ไม่เอา! แล้วหนูจะเอาอย่างไรกันแน่เนี่ย..."

พ่อค้าขายขนมไหมฟ้าซึ่งกำลังทำขนมอยู่หน้าตาลอย่างคล่องแคล่ว เอย์ขึ้นด้วยน้ำเสียงสั่งสอนว่า "หนูต้องเป็นเด็กดี ต้องเชื่อฟังแม่นะ..."

เด็กชายสะอื้นถี่ขึ้นและกระตืบเท้าด้วยความโมโหหลายครั้ง แม่คงไม่รู้จะทำอย่างไรจริงๆ จึงแผดเสียงใส่ลูก "ทำไมถึงเอาใจยากขนาดนี้ ถ้ายังไม่หยุดอแงอีกแม่จะไม่สนใจแล้วนะ..."

ตอนนั้นผมยืนอยู่ข้างแฉ่ง กำลังลังเลว่าจะซื้อขนมไหมฟ้าสักชุดเพื่อลิ้มรสหวานอร่อยในวัยเด็กอีกครั้งดีไหม คิดไม่ถึงว่าจะได้เจอเหตุการณ์ของแม่ลูกคู่นี้ ภาพเด็กชายร้องไห้ทำให้ผมคิดถึงภาพวัยเด็กของตัวเอง ตอนนั้นผมอาจร้องไห้เพราะผู้ใหญ่ไม่เข้าใจผม และตัวผมเองก็ไม่ว่าควรแสดงออกอย่างไร ผมส่งสายตาทห่วยมองคุณแม่ซึ่งไม่รู้จะจัดการกับลูกอย่างไร จากนั้นก็นั่งยองๆ ลงตรงหน้าเด็กชาย

ผมมองเด็กชายอยู่นิ่งๆ ประมาณ 5 วินาที จากนั้นจึงจับมือเขารู้สึกว่าเด็กน้อยสัมผัสได้ถึงความรักห่วงใยของผม เสียงร้องไห้กลับ

กลายเป็นเสียงสะท้อนด้วยความน้อยใจ ผมค่อยๆถามเขาว่า "หนู
หนูเป็นยังไงบ้าง"

เมื่อได้ยินประโยคที่ถาม น้ำตาเด็กชายก็ไหลพรากออกมา
อีกครั้ง แต่คราวนี้ไม่ใช่เสียงร้องไห้ด้วยความโมโห กลับเป็นเสียง
ร้องไห้อย่างน้อยใจแทน

ผมหยุดนิ่งครู่หนึ่ง จากนั้นจึงค่อยๆถามต่อว่า "ดูเหมือนหนู
จะเสียใจมากเลยใช่ไหม แล้วก็โกรธมากด้วย ใช่หรือเปล่า"

เด็กชายหยุดร้องไห้ แล้วพยักหน้าให้ผมสองสามครั้ง

ผมมองเด็กชายนิ่งๆ และถามด้วยน้ำเสียงเป็นมิตรว่า "เกิด
อะไรขึ้นหรือ"

เด็กน้อยชี้ขนมไหม้ฟ้าบนแผงพลาซพูดว่า "หนูจะกินขนม"

ผมชี้ขนมไหม้ฟ้าในมือคุณแม่คนนั้น "หนูจะกินขนมที่แม่ถือ
อยู่ไหม"

เด็กน้อยส่ายหน้าพลาซตอบว่า "ไม่เอา!"

ผมพอจะเข้าใจสถานการณ์บ้างแล้ว จึงถามเด็กซ้ำๆว่า "หนู
อยากกินขนม แต่ไม่อยากกินอันที่แม่ถืออยู่ใช่ไหม"

เด็กน้อยพยักหน้าอีกครั้ง สีหน้าท่าทางดูผ่อนคลายลงมาก

"ขนมอันนั้นเป็นยังไงหรือ ทำไมหนูถึงไม่อยากกินล่ะ"

เด็กน้อยชี้ขนมไหม้ฟ้าในมือแม่ พลาซตอบด้วยเสียงไร้เดียงสา
"หมดตกพื้น...อ้อๆ"

เมื่อผมลุกขึ้นสังเกตขนมไหม้ฟ้าอันนั้นอย่างละเอียดก็พบว่า



มีคราบสกปรกติดอยู่นิดหน่อยจริงๆ จึงถามเด็กน้อยให้แน่ใจว่า
"ขนมตกพื้นหรือ"

เด็กน้อยพยักหน้า

คุณแม่คนนั้นงงไปหมด ผมเองก็ไม่แน่ใจว่าเกิดอะไรขึ้น พ่อค้า
ซึ่งกำลังหันน้ำตาลอยู่รีบพูดแทรกขึ้นว่า "ไม่ได้ตกพื้นสักหน่อย
ตกอยู่ข้างๆ นี่ต่างหากละ ตรงนี้มีถุงพลาสติกรองอยู่ ไม่สกปรก
แน่นอน..."

หลังจากนั้นผมก็ถามเด็กน้อยเพื่อความแน่ใจอีกครั้งหนึ่ง
ในที่สุดก็ลำดับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นได้ ระหว่างที่คุณแม่พาลูกชาย
เดินมาซื้อขนมไหมฟ้า เด็กเห็นมาแต่ไกลว่าพ่อค้าทำขนมชิ้นหนึ่ง
ตกพื้นตอนนั้น และขนมชิ้นนั้นเองก็คือขนมที่ขายให้เด็กชาย

ในที่สุดคุณแม่ก็เข้าใจเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น เธอโมโหที่พ่อค้า
เอาขนมไหมฟ้าที่ตกพื้นมาขายให้ และรู้สึกว่าเขาไม่ซื่อสัตย์ต่อลูกค้า
นอกจากนี้ คุณแม่ก็ยังโมโหลูกชายตัวเอง ว่าทำไมถึงไม่ยอมบอก
ให้รู้เรื่องตั้งแต่แรก

คุณแม่คนนั้นงงมากกว่าทำไมผมถามแค่นี้ก็ประโยชน์ แต่เด็ก
กลับเล่าเรื่องที่เกิดขึ้นอย่างละเอียด

เวลาพูดคุยกับเด็กชายคนนั้น นอกจากผมจะต้องรับฟังด้วย
ความอดทนแล้ว ยังต้องใช้ภาษากาย น้ำเสียง และการหยุดนิ่งเป็น
ระยะ ผมนำประโยชน์ที่ตัวเองถามเด็กชายมาเรียงไว้ในย่อหน้าถัดไป
ไม่แน่ใจว่าคุณผู้อ่านจะพอมองแนวทางในการพูดคุยออกหรือเปล่า

👤 "หนู หนูเป็นยังไงบ้าง"

👤 "ดูเหมือนหนูจะเสียใจมากเลยใช่ไหม แล้วก็โกรธมากด้วยใช่ไหมเปล่า"

👤 "เกิดอะไรขึ้นหรือ"

👤 "หนูจะกินขนมที่แม่ถืออยู่ไหม"

👤 "หนูอยากกินขนม แต่ไม่อยากกินอันที่แม่ถืออยู่ใช่ไหม"

👤 "ขนมอันนั้นเป็นยังไงหรือ ทำไมหนูถึงไม่อยากกินล่ะ"

👤 "ขนมตกพื้นหรือ"

สำรวจภูเขาน้ำแข็งอย่างง่าย

ผมเคยเดินทางไปสาธิตวิธีสอนนักเรียนให้ผู้สนใจทั่วไปชมตามสถานที่ต่างๆ หลายครั้ง

การไปแบบนี้ทำให้ต้องพบนักเรียนที่ไม่เคยเห็นหน้าค่าตากันมาก่อน เวลาสอนจึงเป็นเรื่องท้าทายมาก ถ้านักเรียนเงียบกันหมดก็ถือว่าการสอนครั้งนั้นไม่ประสบความสำเร็จ หรือถ้านักเรียนคุยกันเสียงดังก็อาจไม่ประสบความสำเร็จเช่นกัน หรือถ้าเจอกรณีที่นักเรียนก่อกวน สร้างความวุ่นวายขึ้นในชั้นเรียน ก็เรียกได้ว่าการสอนครั้งนั้นเหมือนโดนระเบิดลงเลยทีเดียว แต่เหตุการณ์แบบนี้ อาจถือได้ว่าเป็นละครสลับฉากเล็กๆ เป็นบททดสอบว่าคุณครูจะจัดการสถานการณ์อย่างไร และก็ยังอาจกลายเป็นส่วนที่น่าสนุกที่สุดของการสอนครั้งนั้นก็เป็นได้



ผมใช้การพูดคุยเป็นพื้นฐานของการเรียนการสอน การพูดคุยเป็นทักษะที่ต้องฝึกฝน เป็นการแสดงความห่วงใยและสงสัยใคร่รู้ ทั้งยังเป็นความงามและงานสร้างสรรค์อย่างหนึ่งด้วย การพูดคุยกับนักเรียนในชั้นเรียนสาธิต ทั้งอภิปรายร่วมกันหรือพูดคุยเป็นรายบุคคล ล้วนแต่เป็นการแลกเปลี่ยนที่แสงงดงาม

ฤดูใบไม้ผลิ ปี ค.ศ. 2015 ผมได้ไปสาธิตวิธีสอนที่โรงเรียนประถมศึกษาลาซาลู่ในเมืองหนานจิง ละครสลับฉากเล็กๆที่เกิดขึ้นระหว่างการสอนครั้งนั้น ผมยังจำได้แม่นยำทุกรายละเอียด

ด้านล่างเวทีมีคุณครู 400 คนมาชมการสาธิต บนเวทีนอกจากผมแล้ว ยังมีเด็กอีก 33 คนที่มาเป็นนักเรียนในชั้นเรียนสาธิตว่าด้วยวิธีเขียนเรียงความ

ผมใช้ขั้นตอนดำเนินการสอน ระหว่างเล่านิทานก็พูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับเด็กๆไปด้วย หลังจากแลกเปลี่ยนความคิดเห็นแล้วก็ให้เวลาเด็กๆเขียนเรียงความ 10 นาที เมื่อเด็กๆเขียนเสร็จผมก็นำเรียงความแต่ละบทมาอ่านให้ทุกคนในชั้นเรียนฟังพร้อมสาธิตวิธีที่คุณครูจะติชมเรียงความของเด็กแต่ละคน

ขณะกำลังอ่านเรียงความบทหนึ่งอยู่นั้น ผมเหลือบไปเห็นนักเรียนหญิงคนหนึ่งกำลังขยำกระดาษเขียนเรียงความจนกลายเป็นก้อน สีหน้าเธอดูไม่สนใจอะไรทั้งนั้น และเอาแต่นั่งขยำกระดาษเล่นต่อหน้าทุกคน

เมื่อเห็นเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น ผมจะเลือกไม่สนใจนักเรียนหญิงคนนั้นก็ได้ เพราะเธอไม่ได้เป็นอุปสรรคต่อการเรียนการสอนใน

ภาพรวม แต่ผมก็อยากแสดงความห่วงใยเธอสักนิด ผมจึงตัดสินใจพูดคุยกับเธอ หลังการสาธิตครั้งนั้นมีคุณครูมาบอกผมว่าเห็นสิ่งที่เด็กหญิงทำบนเวทีเช่นกัน และเมื่อเห็นว่าจู่ๆผมนั่งลง ทุกคนก็อยากรู้ว่าผมจะรับมือเธออย่างไร

ผมมองป้ายชื่อบนโต๊ะของเด็กหญิง แล้วลงนั่งยองๆให้สายตาของผมกับสายตาของเด็กอยู่ในระดับเดียวกัน ผมเอ่ยเรียกเธอด้วยน้ำเสียงนิ่งสงบ "เชอเหมิง...เป็นอะไรไปหรือ"

เมื่อเด็กหญิงได้ยินผมเรียกด้วยเสียงห่วงใย เธอหันหน้ากลับมา แต่ไม่ยอมตอบผม

ผมหยุดนิ่งไป 10 วินาที การหยุดนิ่งเป็นพลังแฝงเร้นอย่างหนึ่ง การหยุดนิ่งช่วยให้ทั้ง 2 ฝ่ายตระหนักรู้ และช่วยให้สัมผัสของเราลึกซึ้งยิ่งขึ้น ระหว่างที่ผมหยุด ทัวบริเวณพลันเงียบสงบไปครู่หนึ่งราวกับโลกทั้งใบหยุดหมุน มีเพียงมือของเชอเหมิงเท่านั้นที่ยังคงขยับกระดากเล่นอยู่ ผมเอ่ยถามด้วยน้ำเสียงอ่อนโยนและตั้งใจว่า "หนูขยักกระดากเขียนเรียงความทั้ง เกิดอะไรขึ้นหรือ"

กะเทาะเปลือกบอกรักของภูเขาน้ำแข็ง

เชอเหมิงเป็นเด็กหญิงที่น่ารักสดใส เฉลียวฉลาด กล้าหาญ มีไหวพริบ และออกจะขวางโลกอยู่หน่อยๆ ทำไมผมถึงบรรยายลักษณะเธอแบบนี้ล่ะหรือ ก็เพราะตอนสาธิตการสอนผมชมเด็กๆห้องนี้ว่า "พวกเธอพูดจาเปิดเผยตรงไปตรงมาดี ถ้าแสดงความคิด



มีความคิดสร้างสรรค์ แกรมยังอยู่ในระเบียบวินัยด้วย ถ้าครูได้เป็นคุณครูของพวกเขาจริง ๆ คงมีความสุขมากเลย"

ขณะนั้นเชอเหมิงยกมือขึ้น เธออยากพูดอะไรอย่างนั้นหรือ ผมพยักหน้าอนุญาตให้เธอแสดงความเห็นด้วยความอยากรู้

คิดไม่ถึงว่าเชอเหมิงผู้น่ารักสดใสจะแสดงความเห็นอย่างเผ็ดร้อน ตอนนั้นเชอเหมิงตอบอย่างฉะฉานว่า "คุณครูหลิ่งเจี้ยนคะ ครูคิดว่าคุณครูของพวกเขามีความสุข แต่น่าเสียดายที่คุณครูของพวกเขาเรากลับไม่ได้รู้สึกแบบนั้น..."

เชอเหมิงแสดงความเห็นอย่างตรงไปตรงมา ทำให้คุณครูที่มาชมชั้นเรียนซาอิตต่างหัวเราะชอบใจ ผมเองก็หัวเราะเต็มที่เช่นกัน

แต่ตอนนี้ เด็กหญิงที่พูดจาตรงไปตรงมาคนนั้นกลับเป็นอะไรไปก่อนหน้านี้ เธอยังแสดงความเห็นอย่างไม่อ้อมค้อมอยู่เลย แต่หลังจากเขียนเรียงความไป 10 นาที เกิดอะไรขึ้นภายในจิตใจของเธอ ผมได้แต่คิดว่าบางทีเธออาจเขียนเรียงความไม่เสร็จและกำลังโกรธตัวเองอยู่ ผมอยากแสดงความห่วงใยต่อเธอมาก

แต่สีหน้าท่าทางของเชอเหมิงตอนนี้เป็นสีหน้าที่คนอื่นจะเข้าไปใกล้ชิดด้วยได้ยาก เธอแสดงท่าทีไม่สนใจใยดีต่อสิ่งใด เอาแต่เงยหน้ามองเพดาน และยังคงไม่ตอบคำถามผม แต่สีหน้าท่าทางของเธอไม่มีผลใดๆต่อตัวผม นั่นเป็นเพียงด้านหนึ่งของภูเขาน้ำแข็งของเชอเหมิง ผมกลับมาสำรวจภายในจิตใจตัวเอง ยังคงรู้สึกวุ่นวายและมันคงเช่นเดิม

ผมหยุดนิ่งอีก 10 วินาที แล้วค่อยๆถามเชอเหมิงเพื่อให้เห็นใจว่าตัวเองเข้าใจไม่ผิด ผมเอ่ยถามด้วยท่าทางและน้ำเสียงที่นิ่งสงบ ความนิ่งสงบนี้ออกมาจากใจผม คำถามของผมก็แฝงไว้ด้วยความห่วงใยที่มีต่อเธอ "หนูอย่ากระดาศทั้งเพราะเขียนเรียงความไม่เสร็จอย่างนั้นหรือ"

ผมหยุดนิ่งไม่ถึง 10 วินาที เชอเหมิงก็พยักหน้าน้อยๆ เชอเหมิงยอมตอบผมแล้ว ถึงแม้จะแค่พยักหน้าให้ก็ตาม ผมหยุดนิ่งครู่หนึ่ง แล้วเอ่ยถามอย่างนิ่งสงบว่า "ครูอาเจียนขอถามหน่อยว่า..."

ผมหยุดนิ่งอีกครู่หนึ่งในจังหวะนี้ อาจเป็นเพราะผมนิ่งไป เชอเหมิงก็เลยหันหน้ามาหา

ผมค่อยๆถามอีกครั้งด้วยน้ำเสียงห่วงใย "หนูกำลังโกรธใช่ไหม"

คราวนี้เชอเหมิงยอมตอบผมแล้ว เธอพยักหน้าน้อยๆอีกครั้ง ผมมองเห็นอารมณ์อันซับซ้อนจากท่าพยักหน้าของเธอ นั่นเป็นความรู้สึกน้อยใจและโทษตัวเอง

ผมถามเธอต่อด้วยความห่วงใยและเพื่อยืนยันความเข้าใจของตัวเอง "หนูกำลังโกรธตัวเองอยู่หรือ"

เชอเหมิงขอบตาแดง พลังพยักหน้าน้อยๆอีกครั้ง

เด็กหญิงที่ไร้เดียงสา เด็กหญิงที่น่ารักสดใส เด็กหญิงที่ตรงไปตรงมาคนนี้ คาดหวังกับตัวเองมากขนาดนี้เลยหรือ



ผมพูดกับเชอเหมิงต่ออย่างช้าๆ และตั้งใจ "ครูอาเจียน
ขอลามอีกสักคำถามนะ..."

ผมหยุดครูหนึ่งแล้วจึงถามว่า "หนูชื่นชมเด็กที่ตั้งใจ หรือว่า
ชื่นชมเด็กที่ผลการเรียนดี"

ผมรู้ว่าเชอเหมิงจะไม่ตอบ แต่เธอมีคำตอบอยู่ในใจ

ผมหยุดนิ่งไปหลายวินาที แล้วค่อยๆ พูดต่อว่า "หนูคิดเหมือน
ครูอาเจียนหรือเปล่าว่า รู้สึกชื่นชมเด็กที่ตั้งใจมากกว่า"

เมื่อบอกคำตอบของตัวเองไปเรียบร้อยแล้ว ผมก็หยุดนิ่งครูหนึ่ง
แล้วจึงพูดต่อว่า "ครูไม่เข้าใจอยู่อย่างหนึ่งว่า เมื่อก็เชอเหมิงตั้งใจ
เขียนเรียงความ ถึงแม้จะเขียนไม่เสร็จก็เถอะ แต่ทำไมหนูถึงได้โกรธ
เชอเหมิงล่ะ"

เมื่อได้ฟังคำพูดของผม เชอเหมิงก็น้ำตาไหล ผมเหลือบไป
เห็นคุณครูที่มาชมชั้นเรียนสาธิตอยู่ด้านหลังเชอเหมิง บางคนก็เริ่ม
น้ำตาไหลแล้วเหมือนกัน อาจเพราะคำพูดประโยคนั้นไปสะกิดใจ
หลายๆ คน

การถามเองตอบเองที่เล่าให้ฟังข้างต้น เป็นวิธีถามไล่เรียง
ไปตามโครงสร้างภูเขาน้ำแข็ง เพื่อชักนำความรู้สึกรู้สึกนึกคิดของเชอเหมิง
ให้หลุดพ้นจากกระบวนการคิดที่เธอเคยชิน

ผมพูดกับเชอเหมิงตอนท้ายว่า "ครูอาเจียนขอให้หนูเอา
เรียงความมาให้ครูอ่านให้ทุกคนฟัง แต่หนูมีสิทธิ์เลือกนะ หนูจะ

ปฏิเสธครูก็ได้..."

เชอเหมิงยังน้ำตาไหลไม่หยุด แต่ก็ค่อยๆ กางกระดาษเขียนเรียงความที่ถูกขยำเป็นก้อนออกแล้วยื่นให้ผม เธออนุญาตให้ผมอ่านเรียงความให้ทุกคนฟังได้

หลังจากชั้นเรียนสาธิตครั้งนั้นจบลง มีคุณครูมาถามผมด้วยความอยากรู้ว่า ผมทำให้เชอเหมิงซึ่งเป็นเด็กหัวรั้นยอมอ่อนข้อได้อย่างไร ผมทำความเข้าใจกับเชอเหมิงได้อย่างไร

เวลาพูดคุยกับเชอเหมิง ผมต้องใช้ทั้งภาษากาย น้ำเสียง และการหยุดนิ่งเป็นระยะ ผมนำประโยคที่ตัวเองพูดคุยกับเชอเหมิงมาเรียงไว้ในย่อหน้าถัดไป ไม่แน่ใจว่าคุณผู้อ่านจะพอมองแนวทางในการพูดคุยออกหรือเปล่า

❶ "เชอเหมิง...เป็นอะไรไปหรือ"

❷ "หนูขยำกระดาษเขียนเรียงความทิ้ง เกิดอะไรขึ้นหรือ"

❸ "หนูขยำกระดาษทิ้งเพราะเขียนเรียงความไม่เสร็จอย่างนั้นหรือ"

❹ "ครูอาเจียนขอถามหน่อยว่า..."

❺ "หนูกำลังโกรธใช่ไหม"

❻ "หนูกำลังโกรธตัวเองอยู่หรือ"

❼ "ครูอาเจียนขอถามอีกสักคำถามนะ..."

❽ "หนูชื่นชมเด็กที่ตั้งใจ หรือว่าชื่นชมเด็กที่ผลการเรียนดี"

❾ "หนูคิดเหมือนครูอาเจียนหรือเปล่าว่า รู้สึกชื่นชมเด็กที่ตั้งใจ

มากกว่า"





"ครูไม่เข้าใจอย่างหนึ่งว่า เมื่อก็เชื่อเหิมตั้งใจเขียนเรียงความ ถึงแม้จะเขียนไม่เสร็จก็เถอะ แต่ทำไมหนูถึงได้โกรธเชื่อเหิมล่ะ..."



"ครูอาจเรียนขอให้หนูเอาเรียงความให้ครูอ่านให้ทุกคนฟัง แต่หนูมีสิทธิ์เลือกนะ หนูจะปฏิเสธครูก็ได้..."

วิธีบรรเลงภูเขาน้ำแข็ง

จากตัวอย่างบทสนทนา 2 บทที่เล่าให้ฟังข้างต้น ผมได้แนะนำวิธี "บรรเลง" ภูเขาน้ำแข็งอย่างง่าย ๆ ไว้ด้วยแล้ว

พฤติกรรมของเด็กชายคือร้องไห้งอแง พูดแต่ว่า "ไม่เอา" แต่บอกความต้องการของตัวเองได้ไม่ชัดเจน

คุณแม่ว่าลูกชายโกรธ แต่ไม่ "เข้าใจ" ว่าลูก "โกรธ" เพราะอะไร จึงได้แต่รับมือกับ "พฤติกรรม" ของลูกชาย

คุณผู้อ่านอาจลองย้อนกลับไปดูว่า คำพูดที่คุณแม่ใช้ได้ตอบกับลูกชายนั้นเป็นคำพูดที่ใช้ได้ตอบกับโครงสร้างภูเขาน้ำแข็งชั้นใด และอาจลองคิดทบทวนดูด้วยว่า ถ้าหากเป็นตัวเราเองจะมีวิธีพูดโต้ตอบกับเด็กชายอย่างไร และวิธีพูดที่เราจะใช้นั้นใช้ได้ตอบกับโครงสร้างภูเขาน้ำแข็งชั้นใด

ที่จริงแล้ว ถ้าดูจากภูเขาน้ำแข็งของเด็กชาย คำพูดทั้งหมดที่คุณแม่ใช้เป็นคำพูดที่ใช้ได้ตอบกับโครงสร้างชั้นบนของภูเขาน้ำแข็ง

นั่นก็คือชั้น "พฤติกรรม"

การที่ผมลงนั่งยองๆ มองเด็กชายและพูดคุยด้วยน้ำเสียงอ่อนโยน มีส่วนช่วยให้เด็กชาย "รู้สึก" มั่นคง ผมเริ่มต้นพูดคุยกับเด็กชายด้วยการตรวจสอบ "ความรู้สึก" ของเขา จึงได้แน่ใจว่าเขารู้สึกโกรธและเสียใจ เมื่ออารมณ์ของเด็กชายสงบลงบ้างแล้ว จึงหยุดร้องไห้และบอกว่า "ไม่เอา"

เด็กชายบอกว่า "ไม่เอา" ขนมหิมฟ้าอันที่แม่ถืออยู่ นี่คือโครงสร้างชั้น "ความคาดหวัง" แต่ตอนที่แม่ถาม เด็กชายก็พูดว่า "ไม่เอา" เหมือนกันไม่ใช่หรือ แล้วมันต่างกันตรงไหนล่ะ

ตอนที่เด็กชายบอกแม่ว่า "ไม่เอา" ในใจของเขามีทั้งอารมณ์โกรธ ความคาดหวัง และทัศนคติของตัวเอง แต่เด็กน้อยจัดการกับสิ่งเหล่านั้นไม่ได้ จึงแสดงออกมาเป็นพฤติกรรมร้องไห้แง แต่เมื่อผมแสดงความห่วงใยต่อ "ความรู้สึก" ของเขา เด็กก็ระงับอารมณ์ได้มากขึ้นและแสดง "ความคาดหวัง" ออกมา ดังนั้น ในขั้นถัดไปผมจึงลงมือตรวจสอบว่าความคาดหวังที่แท้จริงของเขาคืออะไร

เมื่อเด็กชายสงบสติอารมณ์ได้ และมีคนรับฟังความรู้สึกของเขาแล้ว เขาจึงบอก "ความคาดหวัง" ของตัวเองได้ชัดเจนว่า "ไม่ต้องการกินขนมหิมฟ้าสกปรก และเบื้องหลังคำพูดประโยคนี้มี "ทัศนคติ" ของเด็กชายอยู่ นั่นก็คือ ขนมหิมฟ้าที่สกปรกกินไม่ได้" จากที่ผมกล่าวมาข้างต้น คุณผู้อ่านจะเห็นภาพเค้าโครง



บทสนทนาที่ผมใช้ได้ไม่ยาก วิธีใช้บทสนทนาของผมก็เหมือนดีดสายกีตาร์ไปที่ละเส้น บรรเลงให้เป็นท่วงทำนองเพลงง่ายๆ

💡 "หนู หนูเป็นยังงี้บ้าง" (ห่วงใยและสำรวจ)

💡 "ดูเหมือนหนูจะเสียใจมากเลยใช่ไหม แล้วก็โกรธมากด้วยใช่ไหมเปล่า" (ความรู้สึก)

💡 "เกิดอะไรขึ้นหรือ" (เหตุการณ์)

💡 "หนูจะกินขนมที่แม่ถืออยู่ไหม" (ความคาดหวัง)

💡 "หนูอยากกินขนม แต่ไม่อยากกินอันที่แม่ถืออยู่ใช่ไหม"

(ความคาดหวัง)

💡 "ขนมอันนั้นเป็นยังงี้หรือ ทำไมหนูถึงไม่อยากกินล่ะ"

(ทัศนคติ ความคาดหวัง)

💡 "ขนมตกพื้นหรือ" (เหตุการณ์ ความคาดหวัง)

ส่วนบทสนทนา กับ เชอเหมิง ดูเหมือนผมจะเป็นคนพูดอยู่ฝ่ายเดียวมากกว่า เมื่อเป็นแบบนี้ก็ยิ่งทำให้เราเห็นเค้าโครงบทสนทนาได้ชัดเจนยิ่งขึ้น คำถามที่ผมถามเชอเหมิงไล่เรียงไปตามลำดับชั้นของโครงสร้างภูเขาน้ำแข็ง ตอนแรกเชอเหมิงไม่ยอมตอบผม จากนั้นก็ตอบด้วยการพยักหน้า แล้วขอบตาก็แดง มีน้ำตาไหล สุดท้ายเธอก็ยื่นเรียงความที่เธอเขียนให้ผม

๒๒ "เชอเหมิง...เป็นอะไรไปหรือ" (ห่วงใยและสำรวจ)

๒๓ "หนูขยำกระดาษเขียนเรียงความทิ้ง เกิดอะไรขึ้นหรือ"
(เหตุการณ์)

๒๔ "หนูขยำกระดาษทิ้งเพราะเขียนเรียงความไม่เสร็จอย่างนั้น
หรือ" (ความคาดหวัง ทศนคติ)

๒๕ "ครูอาเจียนถามหน่อยว่า..." (สำรวจ)

๒๖ "หนูกำลังโกรธใช่ไหม" (ความรู้สึก)

๒๗ "หนูกำลังโกรธตัวเองอยู่หรือ" (ความรู้สึก)

๒๘ "ครูอาเจียนถามอีกสักคำถามนะ..." (สำรวจ)

๒๙ "หนูชื่นชมเด็กที่ตั้งใจ หรือว่าชื่นชมเด็กที่ผลการเรียนดี"
(ทศนคติ)

๓๐ "หนูคิดเหมือนครูอาเจียนหรือเปล่าว่า รู้สึกชื่นชมเด็กที่ตั้งใจ
มากกว่า" (ทศนคติ)

๓๑ "ครูไม่เข้าใจอย่างหนึ่งว่า เมื่อก็เชอเหมิงตั้งใจเขียน
เรียงความ ถึงแม้จะเขียนไม่เสร็จก็เถอะ แต่ทำไมหนูถึงได้โกรธ
เชอเหมิงล่ะ..." (ทศนคติ ความปรารถนา)

๓๒ "ครูอาเจียนขอให้หนูเอาเรียงความให้ครูอ่านให้ทุกคนฟัง แต่
หนูมีสิทธิ์เลือกนะ หนูจะปฏิเสธครูก็ได้..." (ความปรารถนา)

บทสนทนาง่ายๆ 2 บทนี้ได้แสดงวิธี "กะเทาะ" ภูเขาน้ำแข็ง



แต่ละชั้น เพื่อช่วยให้เราเข้าใจคู่สนทนาและคู่สนทนาเข้าใจตัวเองมากขึ้น นอกจากจะเปรียบได้กับการบรรเลงท่วงทำนองแล้วยังเหมือนการเปิดจุดลมปราณต่างๆในร่างกายด้วย ภูเขาน้ำแข็งเป็นสิ่งล้ำค่า เราบรรเลงมันเป็นท่วงทำนองอันไพเราะได้ และยังใช้ทะลวงจุดลมปราณที่อุดตันได้ด้วย

ภูเขาน้ำแข็งไม่ใช่เรื่องซับซ้อนอะไรเลย เมื่อเด็กๆแสดงพฤติกรรมบางอย่าง หรือพูดเรื่องบางเรื่องออกมา เราอาจลองตั้งคำถามเกี่ยวกับ "พฤติกรรม" "ความรู้สึก" "ทัศนคติ" "ความคาดหวัง" และ "ความปรารถนา" ของเด็กคนนั้น เพื่อดูว่าเขามี "ท่าทีในการรับมือ" อย่างไร

แต่ท่วงทำนองที่ใช้บรรเลงภูเขาน้ำแข็งไม่ได้ไล่ไปตามตัวโน้ต โด เร มี ฟา ซอล ลา ที นั่นเป็นวิธีบรรเลงของผู้เริ่มฝึก ความจริงแล้วเราบรรเลงภูเขาน้ำแข็งให้เป็นท่วงทำนองที่ซับซ้อนยิ่งขึ้นไปได้อีก แล้วผมจะอธิบายให้ฟังอย่างละเอียดในบทต่อไป



กะเทาะเปลือกหัวใจเข้าไปสัมผัสตัวตนคนรอบข้าง
ด้วยทฤษฎีภูเขาน้ำแข็งของนักจิตวิทยาชื่อดังโลก

เวอร์จิเนีย ซาเทียร์ นักจิตวิทยาครอบครัวชาวอเมริกัน

บอกว่าคนเราเปรียบเสมือนภูเขาน้ำแข็ง

ส่วนที่มองเห็นภายนอกเป็นเพียงยอดเล็กจ้อย

ตัวตนที่แท้จริงและยิ่งใหญ่อยู่ใต้ผิวน้ำต่างหาก

ถ้าได้สำรวจด้วยวิธีที่ถูกต้อง ภูเขาน้ำแข็งก็เจาะได้ไม่ยากเย็น

และเครื่องมือสำรวจภูเขาน้ำแข็ง

อันทรงประสิทธิภาพที่สุดก็คือบทสนทนาดีๆ นี่เอง

หลิ่งเจี้ยน คุณครู วิทยากร และนักเขียนชั้นนำของไต้หวัน

แนะนำวิธีประยุกต์ทฤษฎีภูเขาน้ำแข็งเข้ากับการพูดคุย

ในชีวิตประจำวัน ผ่านประสบการณ์จริงที่สำเร็จ

มานับครั้งไม่ถ้วน ซึ่งเป็นวิธีที่คุณเองทำได้ง่ายๆ



NANMEEBOOKS www.nanmeebooks.com

หมวดพัฒนาตนเอง/ความสัมพันธ์แม่ลูก

ราคา 285 บาท

ISBN 978-616-04-4525-7



9 786160 445257