

モンテッソーリ教育・レジヨ・エミリア教育
を知り尽くしたオックスフォード児童発達学博士
が語る自分でできる子に育つ

ほめ方 叱り方

ชมลูก
ให้ถูก

ติลูก
ให้เป็น

- ทำไมเวลาเราเตือนลูกแล้วเขาไม่ฟัง ร้องไห้แง และแสดงพฤติกรรมก้าวร้าว มาเรียนรู้ “การเลี้ยงดูแบบไม่ชักจูง” ที่จะทำให้มีความสุขทั้งพ่อแม่ และลูกวัย 3-12 ปี!
- เทคนิคสอดคล้องกับแนวการสอน แบบ Montessori และ Reggio Emilia



Discover

Shimamura Hanako เขียน
Kameyama Tsuruko ภาพประกอบ
กิงดาว ไตรยสุนันท์ แปล

ชมลูก
ให้ถูก

ติลูก
ให้เป็น

モンテッソーリ教育・レジジョ・エミリア教育
を知り尽くしたオックスフォード児童発達学博士
が語る自分でできる子に育つ

ほめ方 叱り方



มอนเตสซอรี教育・レジヨ・エミリア教育を知り尽くした
オックスフォード児童発達学博士が語る自分のできる子に育つほめ方叱り方

ชมลูกให้ถูก ตีลูกให้เป็น

Shimamura Hanako เขียน

Kameyama Tsuruko ภาพประกอบ

กิ่งดาว ไตรยสุนันท์ แปล

ปาณาติ มหาพล บรรณาธิการต้นฉบับ

ขอบคุนเฟอนต์ Arabica โดย นัตรนรงค์ จรุงฤทธา

พิมพ์ครั้งที่ 1 กรกฎาคม 2564

ราคา 195 บาท

Original Title: モンテッソーリ教育・レジヨ・エミリア教育を知り尽くしたオックスフォード児童発達学博士が語る自分のできる子に育つほめ方叱り方
MONTESSORI KYOUIKU REGGIO EMILIA KYOUIKU WO SHITSUKUSHTA OXFORD JIDOU HATTATSU
GAKU HAKUSHI GA KATARU JIBUN DE DEKIRU KO NI SODATSU HOMEKATA SHIKARKATA

Copyright © 2020 by Shimamura Hanako

Illustrations © by Kameyama Tsuruko

Book Design © by Nishitarumi Atsushi, Ichikawa Satsuki (Irran)

Original Japanese edition published by Discover 21, Inc., Tokyo, Japan

Thai edition published by arrangement with Discover 21, Inc.

© ลิขสิทธิ์ภาษาไทย 2564: บริษัท นานมีบุ๊คส์ จำกัด

สงวนลิขสิทธิ์ตามพระราชบัญญัติลิขสิทธิ์ (ฉบับแก้ไขเพิ่มเติม) พ.ศ. 2558

ข้อมูลทางบรรณารักษ์ของหอสมุดแห่งชาติ

ชื่อบุคคล, ชื่อย่อ

ชมลูกให้ถูก ตีลูกให้เป็น. -- กรุงเทพฯ: นานมีบุ๊คส์, 2564.

184 หน้า.

1. เด็ก -- การเลี้ยงดู. 2. เด็ก -- การดูแล. I. กิ่งดาว ไตรยสุนันท์, ผู้แปล. II. คณะกรรมการ, ผู้วาดภาพประกอบ. III. ชื่อเรื่อง.

649.1

ISBN 978-616-04-5236-1

ประธานเจ้าหน้าที่บริหาร คือ จงสอด้วยวัฒนา • บรรณาธิการที่ปรึกษา เอื้อยจิตร์ บุญผด • บรรณาธิการบริหาร สุวพันธ์ ชัยภักดิ์
• บรรณาธิการเล่ม ถิษา ธิริปานิ • หัวหน้าพิสูจน์อักษร รณชัย พุ่มรัตน์ • พิสูจน์อักษร เสรีชัย ตรีเข้ม กนกพร ยงค์ไพบูรณ์
• ออกแบบปก สุภาวดี เพชรพุ่ม • กราฟิก จิตติมา ศรีตนาพิทย์ • หัวหน้าประสานงานการผลิต จรัสศรี พรหมเทพ • ประสานงาน
การผลิต สรัสวีล ทองแก้ว

เฟดและพิมพ์ที่ อักษรสัมพันธ์ โทร. 0-2428-7500 ต่อ 213

จัดพิมพ์และจัดจำหน่ายโดย

 **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
หากหนังสือเล่มนี้ผลิตไม่ได้มาตรฐาน สำนักพิมพ์ยินดีปรับเปลี่ยนเล่มใหม่ให้ โดยไม่มีเงื่อนไขใดๆ ทั้งสิ้น
โปรดส่งไปเปลี่ยนตามที่อยู่บริษัท หรือติดต่อ Nanmeebooks Call Center โทร. 0-2662-3000 กด 1

คำแนะนำนักพิมพ์

พ่อแม่หรือผู้ใหญ่หลายคนคงเคยอดชมเด็ก ๆ ตอนที่เห็นพวกเขาประพฤติตัวน่ารักไม่ได้ และคงเคยเผลอดูออกไปข้างเมื่อเห็นพวกเขาซุกซน ทั้งคำชมและคำตำหนิที่ผู้ใหญ่พูดไปตามความเคยชินส่งผลต่อเด็กในแต่ละวัยอย่างไร **ชมลูกให้ถูก ตีลูกให้เป็น** จะอธิบายให้คุณเข้าใจและกระตุ้นให้เราได้ย้อนกลับมาทบทวนคำพูดของตนเอง หนังสือเล่มนี้จึงเปรียบเหมือนคู่มือสำหรับผู้ใหญ่ทุกคนที่มุ่งหวังให้เด็กในความดูแลเติบโตขึ้นเป็นคนที่น่ารักและเฉลียวฉลาดสมวัย

ชิมะมูระ ฮะนะโกะ ผู้เขียนซึ่งเคยเป็นครูในระบบการสอนแบบมอนเตสซอริอยู่ที่ประเทศแคนาดา เธอมีประสบการณ์อบรมดูแลเด็กโดยตรง ประสบการณ์ระหว่างดำรงบทบาทเป็นครูได้สะกิดใจให้เธอตั้งคำถามต่อวิถีเลี้ยงลูกแบบเดิม ๆ ก่อนตัดสินใจไปศึกษาต่อระดับปริญญาเอกที่มหาวิทยาลัยออกซ์ฟอร์ด ประเทศอังกฤษ ในสาขาพัฒนาการเด็ก เพื่อตอบข้อข้องใจพร้อมกับค้นหาแนวทางการอบรมเลี้ยงดูที่เหมาะสมกับวัยและพัฒนาการ

เทคนิคและองค์ความรู้ต่างๆ ในหนังสือเล่มนี้คือสิ่งที่เธอทุ่มเทศึกษาด้วยใจรักและรวบรวมมาแบ่งปันให้แก่ผู้อ่านทุกท่าน สำนักพิมพ์หวังเป็นอย่างยิ่งว่าเมื่อคุณอ่านจบ นอกจากจะได้แนวทางการสื่อสารกับเด็ก ๆ ไปปรับใช้ในชีวิตรจริงแล้ว คุณจะพบมุมมองใหม่ที่ช่วยให้เข้าใจมนุษย์ตัวน้อยรอบ ๆ ตัวคุณอีกด้วย

ด้วยความปรารถนาดี

นานมีบุ๊คส์

การชมเชยและการตำหนิเด็กเป็นเรื่องยากและน่าหนักใจ
ไม่ว่าตอนอยู่ที่บ้านหรือที่โรงเรียนใช่ไหมคะ

เคยพิจารณาอย่างจริงจังไหมคะว่าคุณชมเชยหรือตำหนิ
เด็กๆ อย่างไร

หรือว่าใช้คำพูดเหล่านี้โดยไม่ตั้งใจ

● ชมเชย ●

"เยี่ยมมาก!"

"ทำได้ดีมาก! มีพรสวรรค์นะเนี่ย"

"สมกับเป็นพี่คนโต"

● ตำหนิ ●

"บอกแล้วไงว่าอย่าทำแบบนี้!"

"รีบทำเดี๋ยวนี้เลย!"

"ทำไมถึงไม่รักษาสัญญา"

ความจริงวิธี "ชมเชย" และ "ตำหนิ" ส่งผลต่อการเลี้ยงดู
และความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่ลูกเป็นอย่างมาก เด็กที่มี **"ความ
นับถือตัวเองต่ำ"** ซึ่งมีอยู่เป็นจำนวนมากในประเทศญี่ปุ่น อาจ

ไม่ได้มีสาเหตุจาก “ไม่ได้รับคำชมเชย” ขณะเติบโตมาในสังคมที่นิยมการถ่อมตน แต่อาจเกิดจาก “การชมเชยและการตำหนิที่ไร้ประสิทธิภาพ” ก็เป็นไปได้

ฉันเป็นครูในระบบการสอนแบบมอนเตสซอรีที่ประเทศแคนาดา เคยมีประสบการณ์ที่ทำให้เห็นว่านอกจาก "การให้รางวัล" จะไม่ต่างจาก "การทำโทษ" แล้ว วิธีนี้ยังไม่จำเป็นสำหรับเด็กๆ ในอนาคตอีกด้วย

เมื่อเด็กแสดงพฤติกรรมเพียงเพื่อหวัง “สตีกเกอร์ความดี” หรือพยายามหลีกเลี่ยงไม่ให้ถูกทำโทษ เราจะสังเกตความอยากรู้อยากเห็นหรือความสนใจที่เด็กมีอยู่ได้ยาก

ตอนที่ฉันเป็นครูช่วงแรกๆ ก็เคยชมเด็กที่เขียนหนังสือได้รวดเร็วว่า "สุดยอด! เขียนเร็วมากเลย" หลังจากนั้นเด็กคนนี้ก็มักทำงานให้เสร็จอย่างรวดเร็วและนำมาให้ฉันดูทุกครั้ง

เขาไม่ได้ใช้เวลาทำงานอย่างที่ตัวเองชอบ แต่กลับเพ่งสมาธิไปที่ "ทำให้เสร็จอย่างรวดเร็ว" เหมือนต้องการแค่คำชมไปเสียแล้ว

หมายความว่า การให้รางวัลด้วยวิธีพูดชมเชยก็เหมือนการทำโทษ คือแม้ไม่ได้ตั้งใจแต่ก็เป็น การควบคุมพฤติกรรม และแรงจูงใจของเด็กจากภายนอก ทั้งยังเป็นไปได้ว่าอาจไปขัดขวางสิ่งที่เด็กอยากทำจริงๆ นี่เป็นประสบการณ์ที่ฉันเรียนรู้จากการเป็นครู

เมื่อฉันสนใจเรื่องแรงจูงใจที่เกิดจากภายในตัวเด็กมากขึ้น จึงยุติการเป็นครูและเดินทางไปประเทศอังกฤษเพื่อค้นคว้าเกี่ยวกับ วิธีชมเชยที่ได้ผลตามทฤษฎีแรงจูงใจ

ประกอบกับความสนใจอย่างแรงกล้าเกี่ยวกับการศึกษา ทางเลือกที่นอกเหนือจากการสอนแบบมอนเตสซอรี ฉันจึงศึกษา ผลลัพธ์ของแนวการสอนแบบเรจโจ เอมีเลีย (Reggio Emilia Approach) ซึ่งมีลักษณะใกล้เคียงกัน แนวคิดทั้งสองแตกต่างกัน พอสมควรในด้านหลักสูตรตามแนวการสอนแบบจุลภาค แต่เมื่อ พิจารณาการสอนแบบมหัพภาค พื้นฐานที่ให้ความเคารพและให้ ความสำคัญกับเด็กนั้นคล้ายคลึงกันอย่างยิ่ง

การสอนทั้งแบบมอนเตสซอรีและแบบเรจโจ เอมีเลีย ไม่ใช่แค่แนวการศึกษาที่ทรงพลังเพราะการปรับวิธีให้เข้ากับ ความสามารถที่ติดตัวเด็กมาแต่กำเนิดเท่านั้น แต่ยังถือว่าเด็ก มีสิทธิในฐานะพลเมืองคนหนึ่งด้วย "ความคิดที่ผู้ใหญ่มีต่อเด็ก (ทัศนนะ)" เหล่านี้คือแกนหลักของแนวทางการศึกษาทั้งสอง กรณี ที่ผู้ใหญ่มองว่าเด็กคือพลเมืองที่มีเสรีภาพคนหนึ่ง ผู้ใหญ่จะคอย ส่งเสริมความเป็นตัวของตัวเองของเด็กที่ "อยากทำสิ่งต่างๆ ด้วย ตัวเอง" และสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการเติมเต็มความต้องการ เมื่อผู้ใหญ่มองว่าเด็กคือพลเมืองที่มีสิทธิ เราจะเคารพจุดยืนของ เด็กและปฏิบัติต่อเขาด้วยท่าทีพร้อมรับฟังในฐานะที่เป็นผู้เรียน ด้วยกันทั้งคู่

แนวคิดแบบมอนเตสซอรี



แนวคิดแบบเรจวิ์ เอมีเลีย



ดังนั้น มุมมองที่ผู้ใหญ่มีต่อความคิดของเด็กไม่เพียงส่งผลต่อวิธีปฏิสัมพันธ์เท่านั้น แต่ยังส่งผลต่อแนวคิดทางการศึกษาและบทบาทของผู้ใหญ่มาก นอกจากนี้ เราจำเป็นต้องตั้งคำถาม ทบทวนตัวเองว่าได้ผลักดันเด็กไปสู่แนวคิดเรื่อง "ความสำเร็จ" ที่ผู้ใหญ่กำหนดขึ้นโดยไม่รู้ตัว หรือใช้ความรักบังคับเขาเพื่อสั่งสอนตามวิธี "ปฏิสัมพันธ์โดยมีเงื่อนไข" หรือไม่

การสั่งสอนที่ระมัดระวังเรื่องการชมเชยและการตำหนิ เพื่อประโยชน์ของเด็กไม่ใช่เพื่ออัตราของผู้ใหญ่นั้นเป็นอย่างไร การเลี้ยงดูที่ไม่ยึดยึดความคาดหวังหรือมาตรฐานของผู้ใหญ่ให้เด็กคืออะไร ในฐานะครูปฐมวัยและนักวิจัยด้านพัฒนาการเด็ก ฉันอยากรวบรวมวิธีพูดที่มีผลอ้างอิงจากการวิจัยและทฤษฎีการศึกษา จึงได้เขียน **ชมลูกให้ถูก ดีลูกให้เป็น** ขึ้น

หนังสือเล่มนี้ไม่เพียงบอกคุณว่าทำไมคำพูดเช่น "เก่งมาก" "ทำได้ดี" "สุดยอด" หรือ "อย่า" "ห้าม" จึงมีผลเสีย แต่ยังมอบคำแนะนำหลายอย่างเพื่อแก้ไขความเคยชินในการพูดคำเหล่านั้น รวมถึงอธิบายหลักการและวิธี "ปฏิสัมพันธ์โดยไร้เงื่อนไข" ซึ่งเป็นการหันหน้าเข้าหาเด็กและไม่ใช้ความรักเป็นเหยื่อล่อด้วย

เพียงเปลี่ยน “วิธีชมเชย” และ “วิธีตำหนิ” ที่มักพูดไป
โดยไม่ได้คิดแค่เล็กน้อย เราก็เชื่อมโยงกับเด็กได้มากขึ้น และการเปลี่ยนแปลงทักษะที่มีต่อลูกสักนิดอาจเปลี่ยนปฏิสัมพันธ์จาก “มีเงื่อนไข” เป็น “ไร้เงื่อนไข” ได้ ถ้าหนังสือเล่มนี้ช่วยแนะแนวทางในการเลี้ยงลูกหรือจัดการเรียนการสอนสำหรับเด็กให้แก่ผู้อ่านได้ ฉันก็รู้สึกยินดีค่ะ

วิธีชมเชยและวิธีตำหนิในหนังสือเล่มนี้เหมาะสำหรับเด็ก
อายุ 3-12 ปี

สารบัญ

บทนำ

4

บทที่ 1

เด็กเปลี่ยนแปลงเพราะคำพูดของผู้ใหญ่

- | | | |
|----|--|----|
| 01 | คำชมเชยชมยอความเป็นตัวของตัวเองหรือไม่ | 15 |
| 02 | ข้อเสียที่น่ากังวลของ "การเลี้ยงดูโดยไร้เงื่อนไข" | 20 |
| 03 | เงื่อนไข 5 ข้อสำหรับ "การเลี้ยงดูโดยไร้เงื่อนไข" | 23 |
| 04 | หลักการปฏิสัมพันธ์โดยไร้เงื่อนไขข้อ 1
ระมัดระวังวิธีชมเชยหรือตำหนิ | 25 |
| 05 | หลักการปฏิสัมพันธ์โดยไร้เงื่อนไขข้อ 2
ทบทวนมุมมองความคิดที่ตนเองมีต่อเด็ก | 26 |
| 06 | หลักการปฏิสัมพันธ์โดยไร้เงื่อนไขข้อ 3
เป็นผู้นำที่ดีให้เด็ก | 32 |
| 07 | หลักการปฏิสัมพันธ์โดยไร้เงื่อนไขข้อ 4
ทบทวนสิ่งที่ต้องการจากเด็ก | 34 |
| 08 | หลักการปฏิสัมพันธ์โดยไร้เงื่อนไขข้อ 5
มีเป้าหมายระยะยาวในการเลี้ยงดู | 36 |

บทที่ 2

วิธีชมเชยเพื่อให้เด็กเก่ง

01	ระวัง "คำเยินยอ" ที่ไม่มีความหมาย!	39
02	วิธีชมเชย 3 แบบ แบบไหนถูก	41
03	เหตุผล 4 ข้อว่าทำไม "ชมเชยแค่ผิวเผิน" และ "ชมเชยโดยเน้นที่ตัวบุคคล" จึงไม่ดี	43
04	หลักการ 3 ข้อในการชมเชย	48
CASE01	ลายมือสวย	55
CASE02	เด็กช่วยทำงาน	58
CASE03	มีน้ำใจให้เพื่อน	61
CASE04	ชมรูปลักษณะภายนอก	64
CASE05	เมื่อแต่งตัวได้เอง	67
CASE06	วาดภาพคุณพ่อ	70
CASE07	เข้าห้องน้ำเอง	73
CASE08	ข้ามถนนตรงทางม้าลาย	76
CASE09	แสดงความสามารถได้ดี	79
CASE10	ทำข้อสอบได้คะแนนดี	82

บทที่ 3

วิธีทำหนังสือให้เด็กเก่ง

01	เหตุผล 4 ข้อว่าทำไมการตำหนิเพื่อลงโทษจึงไม่ดี	86
02	รางวัลและโทษ หลุมพราง 2 ประการ	89
03	หลักการ 4 ข้อของวิธีตำหนิอย่างชาญฉลาด	91
04	วิธีตำหนิอย่างชาญฉลาด 1 พยายามไม่ใช้คำว่า "ผิด" "ห้าม" หรือ "อย่า"	93
05	วิธีตำหนิอย่างชาญฉลาด 2 ใส่ใจเรื่องความพยายามหรือกระบวนการมากกว่าผลลัพธ์	95
06	วิธีตำหนิอย่างชาญฉลาด 3 อธิบายว่าทำไมพฤติกรรมนั้นๆ จึงไม่น่าพึงพอใจ	96
07	วิธีตำหนิอย่างชาญฉลาด 4 สื่อความรู้สึกของพ่อแม่อย่างตรงไปตรงมา	97
CASE01	ขีดเขียนผนังบ้าน	101
CASE02	นั่งไม่ติดที่	104
CASE03	เล่นกระดานหก	107
CASE04	ทำบ้านรก	110
CASE05	ทำน้ำหวานหก	113
CASE06	ร้องไห้แค้นที่ซูเปอร์มาร์เกต	116
CASE07	ตีเพื่อน	119
CASE08	สอบได้คะแนนไม่ดี	122
CASE09	ไม่ยอมทำการบ้าน	125
CASE10	กลับบ้านไม่ตรงเวลา	128

บทที่ 4

การฟังให้เข้าถึงใจเด็ก

01	ACTIVE LISTENING ช่วยเสริมพัฒนาการ	132
02	หลัก 4 ข้อของ ACTIVE LISTENING	135
03	ลองใช้ ACTIVE LISTENING ดู	140
04	7 พฤติกรรมที่สร้างความขัดแย้งกับเด็ก	145
05	7 พฤติกรรมที่สร้างความปรองดองกับเด็ก	149

บทที่ 5

Q&A แบบนี้ต้องทำอย่างไร

Q1	ควรปรับเปลี่ยนวิธีรับมือไปตามวัยของลูกหรือไม่	155
Q2	ถ้าไม่ดูแรงๆ ก็ไม่เชื่อฟัง	158
Q3	ทำอย่างไรถึงจะรักษากฎ "เล่นเกมวันละ 30 นาที" ได้	161
Q4	ญาติผู้ใหญ่ตามใจหลาน ควรทำอย่างไรดี	164
Q5	ลูกเลือกกิน ควรทำอย่างไรดี	167
Q6	ลูกอยู่ ม.1 แล้ว ยังแก้ทันไหม	170
บทส่งท้าย เลี้ยงลูกอย่าฝืน!		173
รายการอ้างอิง		180

MONTESSORI
REGGIO EMILIA
OXFORD

บทที่
1



เด็ก
เปลี่ยนแปลง
เพราะคำพูด
ของผู้ใหญ่

01 คำชมเชยชมโยย ความเป็นตัวของตัวเองหรือไม่

การ “ตอบรางวัล” กับการ “ทำโทษ” ก็เหมือนน้ำผึ้งกับยาพิษ แม้พ่อแม่ไม่เจตนา แต่ก็ยังใช้ทั้งน้ำผึ้งและยาพิษเพื่อควบคุมพฤติกรรมของลูกให้เป็นไปตามใจคิด

สิ่งนี้เรียกว่า “การปฏิสัมพันธ์โดยมีเงื่อนไข” ^[*1] หรือเรียกอีกอย่างว่า “การเสริมแรงทางบวก (positive reinforcement)” มักใช้ฝึกสัตว์เพื่อเพิ่มความถี่ของพฤติกรรมที่พึงประสงค์

สิ่งตรงกันข้ามกับ “การปฏิสัมพันธ์โดยมีเงื่อนไข” คือ “การปฏิสัมพันธ์โดยไร้เงื่อนไข” เรามาดูรายละเอียดความแตกต่างของปฏิสัมพันธ์ทั้ง 2 แบบกัน

ปฏิสัมพันธ์ในการเลี้ยงดู 2 แบบ

① การปฏิสัมพันธ์โดยมีเงื่อนไข (เลี้ยงดูอย่างมีข้อบังคับ)
มอบความรักโดยปรับเปลี่ยนให้เหมาะสมด้วยวิธีให้รางวัลหรือทำโทษเพื่อส่งเสริมหรือลดพฤติกรรมของเด็ก

¹ ตัวเลขในเครื่องหมายวงเล็บ [] ระบุหนังสือที่ใช้อ้างอิง (ดูหน้า 180-183)

② การปฏิสัมพันธ์โดยไร้เงื่อนไข (เลี้ยงดูอย่างไร้ข้อบังคับ)

ปรับตัวเองเข้าหาความรู้สึกของเด็กและมอบความรักแก่เขา โดยไม่เกี่ยวกับการส่งเสริมหรือลดพฤติกรรม

กรณีที่ใช้การปฏิสัมพันธ์โดยไร้เงื่อนไข (เลี้ยงดูอย่างไร้ข้อบังคับ) ผู้ใหญ่จะมอบความรักแก่เด็กโดยไม่ได้นำเรื่องพฤติกรรมของเขา แต่จะคำนึงถึงความรู้สึกแล้วค้นหาเหตุผลของพฤติกรรมนั้นแทนการบังคับควบคุม

เมื่อเปรียบเทียบกับกรณีการปฏิสัมพันธ์โดยมีเงื่อนไข (เลี้ยงดูอย่างมีข้อบังคับ) เด็กมักได้รับรางวัลเมื่อแสดงพฤติกรรมตามที่ต้องการ ในทางกลับกัน หากเด็กแสดงพฤติกรรมที่ไม่เป็นไปตามที่ผู้ใหญ่คาดหวัง ก็จะไม่ได้รับความรัก

หลายท่านคงคิดว่า "เป็นไปได้ พ่อแม่รักลูก ถึงได้ตำหนิหรือชมเชยเพื่อตัวลูกเอง"

เรื่องนั้นก็ถูก แต่เด็กเลืกอ่อนไหวต่อความรักที่เปลี่ยนไปของพ่อแม่ หากพ่อแม่ใช้รางวัลเป็นเยื่อล่อบอยเข้า ลูกจะรู้สึกว่าคุณได้รับความรักก็ต่อเมื่อได้คำชม เมื่อไม่ได้รับคำชมก็เหมือนไม่ได้รับความรักไปด้วย สิ่งสำคัญจึงไม่ใช่การอธิบายให้ลูกเข้าใจว่า "พ่อแม่รักจึงพูดกับลูกแบบนี้" แต่เป็นการรับรู้และเข้าใจความรู้สึกของลูก

ลูกต้องการความรักจากพ่อแม่อยู่เสมอ จึงแสดงพฤติกรรมที่จะได้รับคำชมเพื่อให้ได้ความรักมา เขาจะพยายามสังเกตอารมณ์ของพ่อแม่ก่อนทำพฤติกรรมต่างๆ

เด็ก ๆ ที่ถูกยึดความรักคืน

ถูกยึดความรักคืนหมายความว่าอย่างไร

ตัวอย่างเช่น คุณสัญญากับลูกคนโตว่าจะอ่านนิทานให้ฟังทุกคืน แต่ก่อนนอนลูกกลับจ้องเงาว่า "ไม่อยากเปลี่ยนเสื้อผ้า!" พร้อมกันนั้นคุณก็กำลังเลี้ยงลูกวัยทารกอีกคนหนึ่ง ทำให้รู้สึกหงุดหงิดที่ลูกคนโตไม่เชื่อฟัง

คุณทำโทษลูกคนโตโดยตัดสิทธิ์การฟังนิทานเพราะเขาไม่เชื่อฟัง แล้วยกเลิกช่วงเวลาอ่านนิทานเสีย

ในสายตาของเด็ก การถูกพรากเวลาที่ใช้ร่วมกับพ่อแม่เท่ากับถูกยึดความรักไป เมื่อใช้การปฏิสัมพันธ์โดยมีเงื่อนไข ด้วยวิธีนี้ความรักมาเป็นเหยื่อล่อบ่อยๆ ลูกจะคิดว่า "ถ้าไม่ตามใจพ่อแม่ ตนก็จะไม่ได้รับความรัก"

ในทางกลับกัน การปฏิสัมพันธ์โดยไร้เงื่อนไขยังคงให้ลูกฟังนิทานเช่นเคยแม้ว่าเขาจะจ้องเงา โดยช่วงหลังหรือก่อนอ่านนิทานคุณอาจพูดคุยกถึงเรื่องที่เพิ่งเกิดขึ้นหรือเล่าความรู้สึกที่มีต่อพฤติกรรมของลูกด้วย "ข้อความจากฉัน" ดังรายละเอียดในหน้า 97

นั่นหมายความว่า การใช้เวลาร่วมกับพ่อแม่ยังคงมีอยู่ เป็นการแสดงออกว่า **ไม่มีการใช้ความรักเป็นเหยื่อล่อ แม่ลูกไม่ทำตามใจ พ่อแม่ก็ยังรัก**

เคารพเด็กในฐานะ “คนคนหนึ่ง” หรือไม่

ข้อแตกต่างที่เห็นได้ชัดอย่างหนึ่งของการปฏิสัมพันธ์โดยมีเงื่อนไขและไร้เงื่อนไขคือ **เราให้ความสำคัญแก่เด็กในทุกด้านหรือไม่**

การปฏิสัมพันธ์โดยไร้เงื่อนไขจะคำนึงถึงวิถีคิดและเหตุผลของเด็กก่อน จากนั้นจึงคิดหาวิธีแก้ไขที่ดีที่สุดร่วมกัน แน่นอนว่าผู้ใหญ่ต้องทำหน้าที่เป็นผู้นำให้เด็ก แต่ก่อนใช้วิธีนี้เราจำเป็นต้องเชื่อใจและเคารพเด็กว่าเขาทำอะไรหลาย ๆ อย่างได้ในฐานะคนคนหนึ่ง

ส่วนการปฏิสัมพันธ์โดยมีเงื่อนไขกลับพิจารณาจากพฤติกรรมเพียงอย่างเดียว จึงไม่คำนึงว่าเด็กแสดงพฤติกรรมอย่างนั้นเพราะเหตุใด และตัดสินพฤติกรรมนั้นว่าไม่ดีโดยผิวเผิน หากไม่ตรงตามที่ผู้ใหญ่คาดหวังก็จะถูกทำโทษ

เหตุผลที่พ่อแม่ใช้วิธีดังกล่าวเป็นเพราะมีมุมมองต่อความคิดของเด็กในเชิงต่อต้าน เช่น “ลูกยังไม่รู้เรื่อง ต้องให้พ่อแม่ตัดสินใจ” หรือ “ยังเชื่อถือลูกไม่ได้”

ความรักที่มอบให้ลูกคือ “ของขวัญที่ไม่หวังสิ่งตอบแทน”

ข้อแตกต่างที่สำคัญอีกอย่างคือ **ผู้ใหญ่มองว่าความรักของพ่อแม่คืออะไร**

ความรักของพ่อแม่คือ “ของขวัญที่ไม่หวังสิ่งตอบแทน” สำหรับการปฏิสัมพันธ์โดยไร้เงื่อนไข แต่การปฏิสัมพันธ์โดยมีเงื่อนไขนั้นถือว่าความรักของพ่อแม่คือ “สิ่งที่ลูกต้องแลกมาด้วยการทำดี” ฉะนั้น ถ้าลูกเป็นเด็กดี พ่อแม่ก็จะรัก ถ้าลูกเป็นเด็กไม่ดี พ่อแม่ก็จะทำโทษโดยไม่ให้ความรัก [*2]

“ถ้าเรายึดติดกับพฤติกรรมเปลี่ยนนอก จะทำให้เรามองตัวตนของเด็กและเผลอตัดสินเขาจากการชมเชยหรือทำโทษ แต่ถ้าเรามองให้มากกว่าพฤติกรรมของเด็ก จะเห็นว่ามีมนุษย์ตัวน้อยๆ คนหนึ่งต้องการความช่วยเหลือจากเรา”

รีเบกกา อินส์ [*3]

02

ข้อเสียที่น่ากังวลของ “การเลี้ยงดูโดยมีเงื่อนไข”

การเลี้ยงดูโดยมีเงื่อนไขมีข้อเสีย 4 ข้อ ดังนี้

- 1 | มีผลในการสั่งสอนแต่ละขั้น
- 2 | นับถือตัวเองอย่างมีเงื่อนไข
- 3 | ทำให้ความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่ลูกแย่ลง
- 4 | สืบทอดจากรุ่นสู่รุ่นได้

① มีผลในการสั่งสอนแต่ละขั้น ๗

ถ้าเลี้ยงดูโดยมีเงื่อนไข ลูกจะเชื่อฟังพ่อแม่เป็นอย่างดีแค่ในระยะสั้นๆ [*1]

เด็กๆ ควบคุมพฤติกรรมของตัวเองเพราะพวกเขามีความกลัวและความกดดันว่าถ้าไม่ทำตามใจพ่อแม่ ตนก็จะไม่ได้รับความรัก หรือคิดว่าถ้าทำตามที่พ่อแม่ต้องการแล้วก็จะได้รับการยอมรับ

แต่วิธีนี้ทำให้ลูกประพฤติตัวดีตามเงื่อนไขของพ่อแม่แค่ระยะหนึ่งเท่านั้น เพราะเขาไม่ได้อยากทำความดีเพื่อใครสักคนจากใจจริง และอาจกลายเป็นคนที่ทำอะไรตามอำเภอใจได้

② นับถือตัวเองอย่างมีเงื่อนไข

แม้การเลี้ยงดูโดยมีเงื่อนไขจะได้ผลภายในช่วงเวลาสั้นๆ แต่สิ่งที่ต้องสูญเสียไปนั้นใหญ่หลวงมาก เด็กที่เติบโตมาโดยไม่ได้รับความรักอย่างไร้เงื่อนไขมักประเมินคุณค่าของตัวเองโดยอาศัยการรับรู้จากปัจจัยภายนอก (เช่น คำชมจากคนรอบข้าง รางวัลที่เป็นวัตถุ) หลายคนมีความนับถือตัวเองอย่างมีเงื่อนไข [*4]

ตัวอย่างเช่น คิดว่าตัวเองมีความสามารถก็ต่อเมื่อเจ้านายหรือเพื่อนร่วมงานชมว่า "ทำงานได้ดีมาก" เท่านั้น หรือมักขาดความมั่นใจหากคนรอบข้างไม่ชมว่า "เยี่ยมมาก"

③ ทำให้ความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่ลูกແຍ່ງ

เด็กที่ถูกเลี้ยงดูมาโดยมีเงื่อนไขมักรู้สึกว่าคุณพ่อแม่ปฏิเสธส่งผลให้เขารู้สึกสับสนและทำให้ความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่ลูกແຍ່ງได้ [*1]

แม้พ่อแม่อยากดูแลและให้ความสำคัญแก่ลูกอย่างไร้เงื่อนไข แต่หลายคนกลับพบว่าลูกไม่ได้รับรู้เช่นนั้น

สิ่งสำคัญจึงไม่ใช่การที่พ่อแม่หรือผู้ใหญ่พึงพอใจว่า "ตัวเองได้มอบความรักแก่เด็กอย่างไร้เงื่อนไข" แล้ว แต่เป็นการให้ความสนใจว่าเด็กรับรู้ความรักของผู้ใหญ่อะไรต่างหาก

หากในอนาคตมีคนถามลูกของคุณว่า "เวลาที่ความคิดเห็นไม่ตรงกันหรือขัดแย้งกับพ่อแม่ หนูรู้สึกว่าคุณแม่รักหนูไหม" คุณอยากให้ลูกตอบว่าอย่างไรหรือคะ

④ สืบทอดจากรุ่นสู่รุ่นได้

จากการศึกษาพบว่ามีความเป็นไปได้สูงที่การเลี้ยงดูโดยมีเงื่อนไขจะถ่ายทอดจากรุ่นสู่รุ่น [*1]

เมื่อเด็กที่ถูกเลี้ยงดูอย่างมีเงื่อนไขเติบโตไปเป็นพ่อแม่ แม้ตัวเองรู้ว่าสิ่งที่เคยได้รับส่งผลในทางลบ แต่หลายคนก็ยังใช้วิธีเดียวกันนั้นกับลูก

พ่อแม่ที่ได้รับการปลูกฝังด้วยวิธีเลี้ยงดูดังกล่าวมักใช้ความรักเป็นเครื่องมือควบคุมผู้อื่นโดยไม่รู้ตัวและถอนตัวจากการกระทำเช่นนั้นได้ยาก



รวมเทคนิค
ช่วยให้พ่อแม่เปลี่ยน
“พฤติกรรมขัดแย้ง”
ให้เป็น “พฤติกรรมเชื่อมโยง”
กับลูกวัย 3-12 ปี

บทที่ 1 เด็กเปลี่ยนแปลงเพราะคำพูดของผู้ใหญ่

บทที่ 2 วิธีชมเชยเพื่อให้เด็กเก่ง

บทที่ 3 วิธีตำหนิเพื่อให้เด็กเก่ง

บทที่ 4 การฟังให้เข้าถึงใจเด็ก

บทที่ 5 Q&A แบบนี้ต้องทำอย่างไร



รู้จักผู้เขียน Shimamura Hanako (ชิมะมูระ ฮะนะโกะ)

จบการศึกษาระดับปริญญาเอก สาขาพัฒนาการเด็ก จากมหาวิทยาลัยออกซฟอร์ด ปัจจุบันเป็นอาจารย์ด้านการศึกษาค้นคว้าในมหาวิทยาลัยที่ประเทศแคนาดา เชี่ยวชาญด้านทฤษฎีแรงจูงใจ ทักษะ EF การเรียนรู้การเข้าสังคมและอารมณ์ แนวทางการสอนแบบ Montessori และแบบ Reggio Emilia

ISBN 978-616-04-5236-1



หมวดพัฒนาตนเอง/ความสัมพันธ์แม่ลูก

195 บาท