

7

ข้อห้ามที่พ่อแม่พึงระวัง

ผศ.พญ. ไกลตา ศรีสิงห์

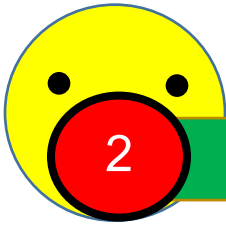
การเลี้ยงลูกยุคไอทีไม่ใช่เรื่องยาก แต่จะเลี้ยงอย่างไรให้โตมาเป็นเด็กที่เข้มแข็งทั้งกายและใจ คุณพ่อคุณแม่ คือสิ่งสำคัญที่สุดในการสร้างความแข็งแกร่งให้กับพวกเขา มี 7 ข้อห้ามที่พ่อแม่พึงระวัง เพื่อให้ลูกเติบโตมาเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพ เข้มแข็ง และไม่เป็นเด็กอ่อนแอ



1 อย่าโอ้อวดเกินงาม

Bruce J. MCintosh เขียนในวารสาร “Pediatrics” ว่า “เด็กที่ถูกตามใจจนเคยตัว จะไม่สนใจกับความต้องการของคนรอบข้างและมีแนวโน้มจะมีอารมณ์เกรี้ยวกราด” ดังนั้นอย่าทำให้เขารู้สึกว่าตัวเองเป็นศูนย์กลางของจักรวาลที่ทุกคนต้องคอยเอาอกเอาใจ แต่ควรฝึกให้เขาเรียนรู้ที่จะแบ่งปันและมีน้ำใจกับคนอื่น ๆ





อย่าปกป้องทุกความผิดพลาด

การปล่อยให้เขาได้ลองผิดลองถูกด้วยตนเองจนเกิดความผิดพลาด นั่นคือโอกาสที่คุณจะสอนให้เขาเรียนรู้จากสิ่งที่ผิดพลาดด้วยความเข้าใจ และไม่กลับไปทำผิดซ้ำในเรื่องเดิม มีผลการศึกษาที่ตีพิมพ์ในเว็บไซต์ www.psychologytoday.com บอกว่าการก้าวออกจากสิ่งแวดล้อมเดิมๆอาจจะทำให้รู้สึกไม่ปลอดภัยบ้าง ตื่นเต้นบ้าง แต่นั่นก็จะทำให้เราได้เรียนรู้สิ่งใหม่ๆอยู่เสมอ



อย่าเข้มงวดจนเกินไป

การสอนให้เด็กมีวินัยเป็นสิ่งดี แต่หากคุณเข้มงวดจนเกินไปอาจทำให้เด็กไม่กล้าบอกหรือพูดความจริงที่ต้องการ เพราะกลัวโดนดุหรือโดนตำหนิจากคุณพ่อคุณแม่ รวมถึงความกลัวนี้อาจไปขัดขวางความคิดสร้างสรรค์ของเด็ก จนทำให้กลายเป็นเด็กอ่อนแอ ขาดความมั่นใจในตัวเอง ไม่กล้าแสดงออกได้





อย่าจัดให้ลูกอยู่แต่ comfort zone

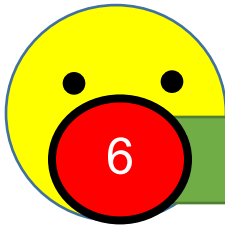
การให้ลูกอยู่แต่ในสังคมเดิมๆ อยู่ในสิ่งแวดล้อมเดิมๆ เพียงอย่างเดียวจะทำให้เขาไม่เคยมีโอกาสดูแลเผชิญกับความตื่นเต้น ไม่เคยต้องตัดสินใจแก้ปัญหาเฉพาะหน้า ไม่รู้วิธีในการสร้างความสัมพันธ์กับคนใหม่ๆ รวมถึงการเข้าสังคมซึ่งความจริงแล้วสิ่งเหล่านี้จะช่วยให้เขาเรียนรู้ทักษะการใช้ชีวิตได้ดีขึ้น และกลายเป็นคนที่เข้มแข็งและกล้าตัดสินใจ



อย่าเอาแต่สอน....และไม่ทำให้ดู

ต่อให้คุณสอนเท่าไร หากคุณไม่เคยทำให้เป็นแบบอย่าง ลูกจะเชื่อได้อย่างไรว่าสิ่งที่คุณสอนนั้นมันดีจริง เช่น สอนให้กล้าเผชิญปัญหา แต่เวลาคุณมีปัญหาคุณกลับเลือกหนีปัญหา เชื่อเถอะคำสอนที่ดีที่สุดคือการทำเป็นแบบอย่างให้ดู





ให้ช่วยทำงานบ้าน

การให้ลูกหัดเรียนรู้ที่จะช่วยงานบ้านเล็กๆน้อยๆความจริงเป็นหนึ่งในวิธีที่ทำให้เขาฝึกเรื่องความรับผิดชอบกับหน้าที่ของตัวเอง อาจเริ่มจากเรื่องเล็กๆ เช่น ช่วยเก็บโต๊ะอาหารหลังทานเสร็จ ให้อาหารแมวหรือหมา ให้เขามีบทบาทหน้าที่รับผิดชอบ เพื่อวันหนึ่งที่เขาโตขึ้นมาจะสามารถบริหารจัดการชีวิตตัวเองได้ดี



ปล่อยให้เขาเลียนาตาบ้าง

นอกจากดูแลเรื่องร่างกายแล้วการเอาใจใส่ด้านอารมณ์ก็เป็นอีกวิธีที่สำคัญที่จะทำให้เขาเป็นเด็กที่เข้มแข็ง เพราะการที่เด็กมีความมั่นคงทางอารมณ์ เมื่อเขาเจอปัญหาหรือความผิดหวังต่างๆ เขาจะสามารถรับมือกับมันได้เป็นอย่างดี

