

# Articles from Ramamental

## ช่วยหัดนิสัยเด็ก

2011-11-15 05:11:49 admin

- การช่วยเด็กให้ประพฤติดีในทางที่สังคมยอมรับเป็นส่วนสำคัญในการเลี้ยงดูเด็ก การหัดวินัยเด็กมีความแตกต่างกันไปตามอายุของเด็ก แน่แน่นอนว่าไม่มี “คำตอบที่ถูกต้องเพียงคำตอบเดียว” สำหรับวิธีการเลี้ยงเด็ก แต่แพทย์ได้ให้แนวทางทั่วไปสำหรับช่วยหัดเด็กไว้ โดยหลักการก็คือ เด็กทั่วไปอยากเอาใจพ่อแม่ ดังนั้นพ่อแม่ที่ฉลาดย่อมหาทางช่วยหัดนิสัยเด็กโดยอาศัยความอยากเอาใจนี้
- เมื่อใดที่พ่อแม่แสดงความสนใจ ยอมรับพฤติกรรมใด นั่นคือการส่งเสริมให้เด็กทำพฤติกรรมอย่างนั้นอีก เมื่อใดที่พ่อแม่แสดงความไม่เห็นด้วย (อาจจะเพราะเกรงอันตราย) หรือไม่พอใจกับพฤติกรรมของเด็กตั้งแต่เด็กยังเล็กๆ โตขึ้นเขาก็จะไม่ทำอีก โดยที่วิธีการแสดงออกหรือการแก้ไขพฤติกรรมนั้นของผู้ใหญ่ควรง่ายๆ พอที่เด็กจะเข้าใจได้และไม่เข้มงวดมากเกินไปจนเด็กหรือวัยรุ่นคนนั้นไม่ได้รับรู้สึกว่าพ่อแม่ทำเพราะรักหรือหวังดีกับตน
- เด็กหรือวัยรุ่นย่อมทำให้พ่อแม่โกรธได้บ่อยๆ ซึ่งพ่อแม่เองก็ควรจู้จี้ควบคุมความโกรธของตัวเองด้วย การตะคอกดั่งๆ แบบ “อย่านะ” อาจหยุดเด็กที่กำลังเดินเตาะแตะข้ามถนนตามลำพังได้ แต่ก็คงหยุดเด็กทารกที่กำลังร้องไห้ไม่ได้ ในเด็กโตเราควรวางระเบียบวินัยที่ชัดเจนให้ โดยที่พ่อแม่กับเด็กวัยรุ่นได้คุยตกลงรับทราบกันมาก่อนเสมอ เพราะแต่ละครอบครัวย่อมมีความคาดหวังต่างๆ กัน
- ในครอบครัวหนึ่งเด็กคนหนึ่งอาจได้รับอนุญาตให้กลับบ้านก็โมงก็ได้ ในขณะที่เด็กอีกคนหนึ่งอาจถูกจำกัดเวลา ความขัดแย้งในกฎระเบียบของบ้านแบบนี้จะผ่อนคลายลงได้โดยที่ทั้งพ่อแม่และเด็กจะมาคุยแลกเปลี่ยนความเห็นกันอย่างเปิดเผย ทำให้มีโอกาสรู้จักกันมากขึ้น อย่างไรก็ตามบทบาทของพ่อแม่ที่จะช่วยกำหนดแนวทางของครอบครัวและค่านิยมก็ยังเป็นสิ่งทีพ่อแม่ต้องรับผิดชอบอยู่ ปกป้องกันพฤติกรรมที่เราไม่ต้องการให้กับเด็ก ง่ายกว่าคอยหยุดห้ามมันทีหลังมาก ( เข้าทำนอง “กันไว้ดีกว่าแก้” )
- ตัวอย่างเช่น เก็บของทีแตกง่ายหรือมีค่าให้ไกลมือเด็กดีกว่ามาตีเด็กเมื่อเขาทำแตก พ่อแม่ควรส่งเสริมความกระตือรือร้นอยากรู้ของเด็ก โดยชวนเด็กไปเล่นต่อภาพปริศนา วาดภาพ หรืออ่านหนังสือ การช่วยเปลี่ยนพฤติกรรมเด็กจะทำให้เขาควบคุมตัวเองเป็นรับผิดชอบและรู้จักเกรงใจคนอื่น อย่างไรก็ตามการควบคุมตนเองไม่เกิดขึ้นเอง และไม่เกิดขึ้นเร็วทันใจ โดยมากมักเกิดหลังเด็กอายุ 6-7 ปี และพ่อแม่ควรช่วยนำเขาผ่านกระบวนการให้คุมตัวเองเป็นมากขึ้นเรื่อยๆ ในระหว่างนี้จนเข้าวัยรุ่น ซึ่งเขาก็คงอยากลองอยากดิ้นกับเราบ้าง แต่ส่วนใหญ่ก็จะผ่านวัยนี้เป็นผู้ใหญ่ที่มีความรับผิดชอบที่ดีได้ โดยเฉพาะถ้าเขาผ่านการฝึกฝนมาอย่างดีจากพ่อแม่



**Ramamental**

Ramathibodi Mental Health Homepage



ภาควิชาจิตเวชศาสตร์  
คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี



คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล

Faculty of Medicine Ramathibodi Hospital, Mahidol University.

Tweet

