



โรงเรียนนายทหารอากาศอวุโส
กรมยุทธศึกษาทหารอากาศ

หลักสูตร นายทหารอากาศอวุโส รุ่นที่ ๘๒ ประจำปีการศึกษา ๒๕๖๗

วิชา การเขียนเอกสารทางวิชาการ

เรียน น.อ.หญิง ทฤทัยทิพย์ ตัณฑเขต

จัดทำโดย น.ต.หญิง มานิดา ศุภวงศ์

หมายเลข ๓๒ สัมนนา ๗

วันที่ ๑๔ มิถุนายน ๒๕๖๗

เรื่อง คุณแม่พร้อมบวก

มานิดา ศุภวงศ์

บทคัดย่อ

สังคมไทยเป็นสังคมที่เติบโตมากับวัฒนธรรมเชิงอำนาจและวัฒนธรรมเชิงลบ พ่อแม่จะมีอำนาจเหนือลูก ครูมีอำนาจเหนือลูกศิษย์ จึงใช้วิธีการบังคับ ขู่ ทำให้กลัว และตีให้ราบจำ ซึ่งแตกต่างจากการเลี้ยงลูกเชิงบวก ที่เราจะไม่ทำร้ายตัวตนของเด็ก ไม่สร้างบาดแผลในการเติบโต ให้คำชม ให้กำลังใจ สอนให้ลูกรู้ผลลัพธ์ตามธรรมชาติ ฝึกวินัยอย่างจริงจัง และสม่ำเสมอ

Generation Gap หรือ ช่องว่างระหว่างรุ่น คือ ความแตกต่างของความคิดเห็น ความเชื่อ ค่านิยมและทัศนคติ ระหว่างคนรุ่นหนึ่งกับอีกรุ่นหนึ่ง ก่อให้เกิดความขัดแย้งและการสื่อสาร ลูกของเราในวันนี้จะโตมาในแบบที่ไม่เหมือนกับที่เราเคยโตมา โดยเด็ก Generation Alpha เติบโตมาพร้อมเทคโนโลยี จึงส่งผลให้พวกเขาเรียนรู้และคุ้นเคยการใช้เทคโนโลยีได้อย่างคล่องแคล่ว เข้าใจอะไรได้ง่ายขึ้น มีความกล้าคิด กล้าทำ กล้าแสดงออก สามารถปรับตัวกับทุก ๆ การเปลี่ยนแปลงได้ดี เข้าได้กับทุกสถานการณ์ ซึ่งเหมาะกับการเปลี่ยนแปลงของโลกที่ก้าวกระโดดไปอย่างรวดเร็ว

การใช้สื่ออิเล็กทรอนิกส์ต่าง ๆ เช่น ไอแพด แท็บเล็ต มือถือ รวมถึงโทรทัศน์ เป็นเวลานาน ๆ โดยขาดการควบคุมจากผู้ปกครอง ซึ่งสื่อหรืออุปกรณ์ทั้งหลายเหล่านี้ถือเป็นส่วนหนึ่งของการดำรงชีวิตในปัจจุบัน จะสังเกตเห็นว่าเวลาที่ลูกอยู่กับอุปกรณ์เหล่านี้ลูกจะนั่งอยู่ได้นาน ไม่รบกวนทำให้แม่หลายคนเลี้ยงดูลูกโดยการให้อยู่กับหน้าจอตลอดเวลาทั้งในบ้านและนอกบ้าน เด็กที่มีการใช้สื่อเหล่านี้มาก ๆ จะกลายเป็นเด็กที่มีพัฒนาการล่าช้าโดยเฉพาะด้านการพูดและการสื่อสาร ขาดทักษะสังคม ใจร้อน รอคอยอะไรไม่ได้ หงุดหงิดง่าย ส่งผลให้เด็กเกิดอาการสมาธิสั้นรวมถึงอาจมีปัญหาด้านพฤติกรรมรุนแรงที่เกิดจากการเลียนแบบสิ่งที่ดูจากสื่อ ปัจจัยสำคัญอีกประการที่ทำให้เด็กที่เป็นโรคสมาธิสั้นมีอาการมากขึ้น หรือทำให้เด็กปกติดูมีอาการคล้าย สมาธิสั้น หรือที่เรียกว่า “สมาธิสั้นเทียม” คือ ปัจจัยทางด้านการเลี้ยงดูและสิ่งแวดล้อม เช่น การเลี้ยงดูที่ขาดระเบียบวินัย ตามใจ ไม่มีกฎระเบียบภายในบ้าน ไม่มีการควบคุมที่สม่ำเสมอ หรือความเห็นในการเลี้ยงดูที่ไม่ตรงกันของพ่อแม่ผู้ปกครอง

ปัจจุบันพบว่าเด็กหลายคนประสบปัญหาเกี่ยวกับเรื่องความคิดเชิงลบ ส่งผลให้พฤติกรรมความรุนแรงของวัยรุ่น มีแนวโน้มเพิ่มความรุนแรงมากขึ้นเรื่อย ๆ โดยหนึ่งในปัญหาที่ทำให้เด็กมีความเครียดและความกังวลคือปัญหาทางครอบครัว

การเลี้ยงลูกเชิงบวก จึงเป็นอีกหนึ่งปัจจัยที่สามารถช่วยให้เด็กมีความคิดและทำให้ปัญหานี้น้อยลง การปรับพฤติกรรมลูกยิ่งเล็กยิ่งได้ผลดี การที่เราเข้าใจในความเป็นจริงของเด็ก Generation Alpha ทำให้แม่นำเอาภาพในอนาคตที่ต้องการและภาพปัจจุบันที่ลูกเป็นมาผสมผสานกัน ซึ่งคุณแม่ต้องเรียนรู้ว่าแบบไหนถึงจะดีที่สุดสำหรับลูก

คำสำคัญ : Generation Gap, Generation Alpha, สมาธิสั้น, พฤติกรรมความรุนแรงของวัยรุ่น และการเลี้ยงลูกเชิงบวก

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

คนที่เกิดในยุคที่ต่างกันจะเติบโตในสภาพแวดล้อมทางเศรษฐกิจ สังคม และวัฒนธรรมที่แตกต่างกัน ทำให้มีลักษณะนิสัยที่แตกต่างกัน Generation Gap หรือ ช่องว่างระหว่างรุ่น คือ ความแตกต่างของความคิดเห็น ความเชื่อ ค่านิยมและทัศนคติ ระหว่างคนรุ่นหนึ่งกับอีกรุ่นหนึ่ง ซึ่งก่อให้เกิดความขัดแย้งและการสื่อสารจนทำให้เกิด “Gap หรือ ช่องว่าง” ซึ่งปัญหาช่องว่างระหว่างรุ่นเป็นปัญหาที่อยู่คู่สังคมและโลกมาตลอด จึงจำเป็นต้องมีการเรียนรู้ เตรียมตัว เพื่อเกิดการปรับเปลี่ยนในทางที่ดีสำหรับทุกช่วงวัย

คุณแม่ต้องทำความเข้าใจกับเด็กรุ่นใหม่ที่เกิดมาพร้อมกับการพัฒนาของเทคโนโลยีที่ส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ มากมาย เราไม่สามารถดูเฉพาะช่วงเวลาลูกยังเล็ก แต่เราต้องจินตนาการไปถึงเวลาที่เขาโตเป็นผู้ใหญ่ว่าเขาต้องพบกับอะไรต่อไปในอนาคต เพราะฉะนั้นหากอยากให้ลูกอยู่ในโลกข้างหน้าได้ เขาต้องได้รับการดูแลบ่มเพาะให้มีความเข้มแข็ง คิดจัดการกับปัญหา จัดการกับตัวเอง และสภาพแวดล้อมต่าง ๆ รอบตัวเองอย่างมีความสุข

Generation Alpha คือเด็ก Generation ใหม่ ที่เกิดในช่วงปี พ.ศ.๒๕๓๓ จนถึงปัจจุบัน คือรุ่นลูกของ Gen Y และ Gen X โดยเป็นกลุ่มที่สืบต่อมาจาก Gen Z โดยคาดการณ์ว่าในปี ๒๐๒๕ จะมีประชากร Gen Alpha กว่า ๒,๐๐๐ ล้านคนทั่วโลก และในช่วงกลางทศวรรษ ๒๐๓๐ Gen Alpha จะเติบโตเป็นผู้ใหญ่ คุณแม่ควรเตรียมพร้อมในการพัฒนาทักษะการเลี้ยงให้เหมาะสม เนื่องจากจะเป็น Gen ที่มีจำนวนมากและเป็นผู้มีบทบาทในอนาคต

เด็ก Gen Alpha เติบโตมาพร้อมกับเทคโนโลยีที่ต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นอินเทอร์เน็ต สมาร์ทโฟน หรือแท็บเล็ต ซึ่งการที่เด็กเติบโตมากับเทคโนโลยี จะส่งผลให้เด็กไม่สามารถจดจ่อกับสิ่งเดิม ๆ ได้นาน การปล่อยให้ลูกเล่นมือถือ และทิ้งลูกอยู่กับหน้าจอเพียงลำพังวันละหลายชั่วโมง อาจส่งผลให้เด็กจดจ่อกับเรื่องราวที่ผ่านตาเร็วเกินไป และไม่ยอมละสายตาเพื่อสนใจกับสิ่งรอบตัวอื่นรอบข้างด้วยการเคลื่อนไหวในสื่อต่าง ๆ บนหน้าจอมือถือหรือแท็บเล็ตที่เปลี่ยนแปลงและมีความรวดเร็ว จะทำให้เกิดปัญหาการใช้สมองในส่วนความทรงจำลดลง และหากปล่อยให้ลูกเล่นเช่นนี้เป็นประจำทุกวัน จะสะสมให้เด็กเกิดอาการ “สมาธิสั้น” ได้ การสื่อสารจะช่วยลดปัญหาความขัดแย้งช่องว่างระหว่างวัยด้วยการสร้างความเข้าใจและยอมรับของคนต่างรุ่น โดยเริ่มต้นจากการยอมรับว่าทุกคนไม่จำเป็นต้องมีความคิดเห็น และมีความเชื่อเหมือนกัน แต่ต้องเคารพความแตกต่าง มีทำที่เป็นมิตร เปิดใจรับในคำพูดและท่าทีของแต่ละฝ่าย

นอกจากนี้ยังพบว่าปัจจุบันพฤติกรรมความรุนแรงของวัยรุ่น มีแนวโน้มเพิ่มความรุนแรงมากขึ้นเรื่อย ๆ เห็นได้จากข่าววัยรุ่นก่อเหตุความรุนแรงในครอบครัว ขยายไปสู่ความรุนแรงในชุมชน และสังคมปัญหาพฤติกรรมความรุนแรงที่เกิดขึ้นดังกล่าว สาเหตุส่วนใหญ่เกิดจากปัญหาสุขภาพจิตของวัยรุ่น ทำให้ส่งผลกระทบต่อพัฒนาการหลายมิติ ทั้งร่างกาย สติปัญญา จิตใจ และสังคม รวมถึงการใช้ชีวิตทั้งในปัจจุบันและอนาคต จากข้อมูลของกรมสุขภาพจิต พบว่ากลุ่มเยาวชนโทรเข้ามาปรึกษาปัญหาสุขภาพจิตมากขึ้น โดย ๕ อันดับปัญหาความเครียดหรือวิตกกังวล คือ ปัญหาทางจิตเวช ปัญหาความรัก ปัญหาซึมเศร้า และปัญหาครอบครัว โดยเด็กและเยาวชนที่ปัญหาความรัก และซึมเศร้า มีแนวโน้มในการพยายามฆ่าตัวตายเพิ่มขึ้น จึงเห็นว่ามีแนวโน้มอย่างยิ่งที่จะต้องเร่งแก้ปัญหา และกำหนดแนวทางดูแลช่วยเหลือตั้งแต่บัดนี้ มิฉะนั้นจะกลายเป็นปัญหาที่สายเกินแก้ไขในอนาคต

ความหมายของการเลี้ยงลูกเชิงบวก

การเลี้ยงลูกเชิงบวก เป็นแนวทางการเลี้ยงลูกที่คุณแม่ยุคใหม่ให้ความสนใจ และนำมาปรับใช้กับการเลี้ยงลูกของตัวเอง การเลี้ยงลูกเชิงบวก คือ วิธีการเลี้ยงลูกที่เข้าใจการทำงานของสมองทางวิทยาศาสตร์ โดยเน้นการเลี้ยงลูกด้วยความรัก เข้าใจความแตกต่างหลากหลายของเด็กแต่ละคน ใช้ระเบียบวินัยเป็นเครื่องมือ และไม่ใช้ความรุนแรงทั้งคำพูดและการกระทำ โดยหลักการเลี้ยงลูกเชิงบวก จะใช้วิธีการสอน หรือโค้ช เพื่อให้เด็กเห็นผลลัพธ์ที่จะเกิดขึ้น และใช้เทคนิคต่าง ๆ กระตุ้นให้สมองส่วนคิดวิเคราะห์ทำงานได้ดีขึ้น

สมองของมนุษย์มี ๓ ส่วน คือ ๑) สมองส่วนบน หรือสมองส่วนคิด ๒) สมองส่วนกลาง หรือสมองส่วนอารมณ์ และ ๓) สมองส่วนล่าง หรือสมองส่วนสัญชาตญาณ สมองสัญชาตญาณมีการพัฒนาที่ดีตั้งแต่แรกเกิด และมักจะทำงานร่วมกันกับสมองส่วนอารมณ์ เพื่อกระตุ้นให้มนุษย์เอาตัวรอดจากความรู้สึกไม่ปลอดภัย เมื่อไหร่ที่อยู่ในภาวะไม่ปลอดภัยหรือเครียด สมองส่วนสัญชาตญาณจะตอบสนองทันที คือ สู้ หนี หรือ ยอม ซึ่งในครอบครัวที่ใช้ความรุนแรงในการเลี้ยงดู การตอบสนองทั้ง ๓ แบบ มักจะส่งผลกระทบต่อพัฒนาตัวตนของเด็ก สมองส่วนคิดวิเคราะห์ เป็นสมองส่วนที่พัฒนาช้าที่สุด โดยจะพัฒนาเต็มที่ประมาณอายุ ๒๕ ปี ด้วยเหตุนี้เมื่อเวลาเด็กร้องไห้โวยวายไม่รู้เหตุผล เด็กไม่ได้ตั้งใจ เนื่องจากการตอบสนองตามธรรมชาติของสมองส่วนสัญชาตญาณ และเป็นข้อจำกัดตามธรรมชาติที่เด็กมี ดังนั้นการเลี้ยงลูกเชิงบวก คือ การทำให้สมองส่วนอารมณ์สงบ เพื่อให้เด็กฝึกใช้สมองส่วนคิดวิเคราะห์ให้มากขึ้น

เทคนิคการเลี้ยงลูกเชิงบวก

การเลี้ยงดูลูก ถือเป็นงานที่สำคัญและมีคุณค่ามากที่สุดสำหรับคุณแม่ การเป็นแม่นั้นไม่ใช่เรื่องง่าย หลายคนอาจเคยประสบปัญหา “ลูกไม่เชื่อฟัง” ไม่ทำตามการร้องขอ ทำให้แม่ไม่รู้ว่าจะแก้ปัญหาอย่างไร หลายครั้งต้องจบด้วยการขึ้นเสียงหรือการลงโทษที่รุนแรง เช่น การตี เพราะเข้าใจว่านั่นจะทำให้ลูกเชื่อฟัง แต่แท้จริงแล้ววิธีเหล่านี้อาจทำให้ลูกเกิดความรู้สึกเป็นบาดแผลในใจ เกิดความหวาดกลัว ไม่กล้าลงมือทำในสิ่งใหม่ ๆ ไม่มั่นใจในตัวเอง หรือพฤติกรรมอื่น ๆ ที่เป็นปัญหา เช่น การโกหก

ในทางจิตวิทยา การ “เลี้ยงลูกเชิงบวก” เป็นการเลี้ยงดูที่เกิดจากความเข้าใจในพัฒนาการตามวัยของลูก เอื้อต่อการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างลูกกับพ่อแม่ เต็มเต็มและเอาใจใส่ลูกด้วยความรัก ทั้งยังส่งผลให้ลูกเติบโตไปเป็นผู้ใหญ่ที่มีศักยภาพ และมีความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่นได้ โดยวิธีการเลี้ยงลูกเชิงบวก มีดังนี้

เป็นตัวอย่างที่ดีให้กับลูก พฤติกรรมและทัศนคติของแม่ ถือเป็นปัจจัยสำคัญที่จะนำไปสู่ความคิดและพฤติกรรมของลูก โดยจะต้องเป็นตัวอย่างที่ดีให้ลูก เพราะลูกมักสังเกตการกระทำของแม่เสมอ เช่น เมื่อมีตั้งกฎระเบียบภายในบ้าน แล้วปฏิบัติตามกฎระเบียบดังกล่าวอย่างสม่ำเสมอ ลูกจะมีแนวโน้มทำตามเช่นกัน

ใช้คำพูดในการสื่อสารเชิงบวกหรือการให้กำลังใจลูกอย่างสม่ำเสมอ เมื่อลูกทำอะไรมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ เช่น การเล่นกับเด็กคนอื่นอย่างอ่อนโยน การพูดคุยกับคนอื่นด้วยความสุภาพ การช่วยเหลืองานบ้านเล็ก ๆ น้อย ๆ แม่ควรบอกกล่าว ให้คำชมด้วยความจริงใจ เพื่อเพิ่มความมั่นใจให้กับลูก ๆ โดยพ่อแม่ควรหลีกเลี่ยงการใช้คำพูดที่ฟังแล้วรุนแรงหรือกระทบต่อจิตใจลูกเมื่อลูกทำผิด เพราะอาจทำให้ลูกฝังใจได้

ใช้เวลาที่มีคุณภาพร่วมกันและใกล้ชิดลูกมากขึ้น ใช้เวลาที่มีคุณภาพอยู่กับลูก จะเป็นการกระชับความสัมพันธ์ในครอบครัว ให้ลูกรู้สึกว่ามีแม่คอยใส่ใจและดูแลเสมอ เช่น รับประทานอาหาร

ร่วมกัน ทำกิจกรรม หรือการคุยเล่นทั่วไปก็สามารถช่วยได้ อีกทั้งวิธีนี้ยังสามารถทำให้แม่ทำความเข้าใจเกี่ยวกับความคิดและพฤติกรรมของลูกได้ด้วย

ให้ลูกได้ใช้ความคิดเป็นของตัวเอง เมื่อลูกโตขึ้น ลูกเริ่มมีความรับผิดชอบและสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นมากขึ้น ดังนั้นการให้ลูกบอกความคิดในการแก้ปัญหาหรือการใช้ชีวิตประจำวันบ้างถือเป็นสิ่งที่ควรทำ การเปิดโอกาสให้ลูกได้เสนอความคิดเห็นหรือวิธีการแก้ปัญหา โดยการเอื้อให้ลูกได้อธิบายเหตุผลว่าทำไมลูกคิดเช่นนั้น พร้อมทั้งชวนให้ลูกได้คิดถึงข้อดีและข้อควรระวังจากการแก้ปัญหานั้น ๆ จะทำให้ลูกกล้าที่จะแสดงความคิดเห็นพร้อม ๆ กับการคิดวิเคราะห์มากขึ้น

สอนให้ลูกเข้าใจคนอื่น เนื่องจากแต่ละคนมีความแตกต่างกัน ไม่ว่าจะเชื้อชาติ ภาษา วัฒนธรรม การสอนให้ลูกเข้าใจความแตกต่างนี้ถือเป็นสิ่งที่แม่ควรปลูกฝังให้ลูกตั้งแต่เด็ก เพราะการสอนให้ลูกเข้าใจคนอื่น จะเอื้อให้ลูกเอาใจเขามาใส่ใจเรามากขึ้น

ยอมรับผิดบ้าง ในข้อนี้อาจไม่ได้พูดถึงลูกโดยตรง แต่เป็นการพูดถึงแม่ที่ให้อยอมรับกับตนเองว่าแม่ก็สามารถทำผิดได้ ซึ่งแม่จะต้องกล้าที่จะขอโทษอย่างไม่เขินอาย นอกจากจะเป็นการสอนให้ลูกรู้ว่าถึงแม้จะเป็นแม่ก็สามารถทำผิดพลาดได้และยังเป็นการสอนให้ลูกกล้าที่ยอมรับผิดเมื่อทำสิ่งผิดพลาดและเรียนรู้ที่จะเปลี่ยนแปลงแก้ไขในสิ่งที่ผิดให้เป็นสิ่งที่ถูกต้อง

สรุป

การเลี้ยงเด็ก Gen Alpha คุณแม่และผู้ปกครองจะมีบทบาทสำคัญอย่างมากในการเติบโตของพวกเขา อย่างที่ทราบกันดีว่าพวกเขาเกิดมาก็พบกับโลกที่เต็มไปด้วยเทคโนโลยีซึ่งคอยอำนวยความสะดวกสบายอยู่ตลอดเวลา เน้นการแข่งขัน การประสบความสำเร็จ ดังนั้นการดูแลจำเป็นต้องสอดคล้องไปกับพฤติกรรมของเด็ก Gen Alpha ด้วย

ดังนั้น ไม่อาจปฏิเสธได้เลยว่าเทคโนโลยีและสื่อดิจิทัลเข้ามามีบทบาทต่อการดำเนินชีวิตและเป็นสิ่งจำเป็นต่อการเรียนรู้ของเด็ก Gen Alph อย่างสมบูรณ์แบบ การใช้หน้าจอและเทคโนโลยีในการเรียนรู้ของเด็กปฐมวัยนั้น จะเกิดประโยชน์มากขึ้นเพียงใดขึ้นอยู่กับการดูแลเอาใจใส่ของครูหรือผู้ปกครองเป็นสำคัญ รวมไปถึงการควบคุมและแบ่งเวลาในการใช้งานอย่างเหมาะสม จะทำให้เด็กได้เรียนรู้อะไรใหม่ ๆ อย่างสนุกสนาน จนเกิดเป็นความคิดสร้างสรรค์ และเปิดโอกาสให้มองเห็นความชอบหรือความสนใจของเด็ก เพื่อส่งเสริมพัฒนาการความถนัดของเค้าให้ลูกทาง จนกลายเป็นเด็กที่มีศักยภาพในการทำสิ่งที่ตัวเองชอบได้เป็นอย่างดี การให้เด็กใช้เวลาอยู่กับหน้าจอมากเกินไป หากปล่อยหรือปล่อยให้เด็กใช้เวลากับการดูหน้าจอในแต่ละวันมากเกินไป และผิดวิธีย่อมไม่เป็นผลดีกับเด็กทั้งในด้านสุขภาพร่างกายและพัฒนาการด้านต่าง ๆ ได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในเด็กปฐมวัย เพราะแสงสีฟ้าหรือการเคลื่อนไหวในหน้าจอล้วนเป็นอันตรายและขัดขวางพัฒนาการในทุก ๆ ด้าน ทั้งในด้านภาษา การรู้หนังสือ กระบวนการคิด พฤติกรรม อารมณ์ และเสี่ยงเป็นโรคสมาธิสั้น

การปล่อยให้เด็กได้เรียนรู้หรือทำกิจกรรมผ่านหน้าจอหรือเทคโนโลยีในรูปแบบต่าง ๆ ก็ไม่ใช่เรื่องไม่ดีเสมอไป เพราะต้องยอมรับว่าเด็กในวัยนี้เค้าเกิดมากู้กับโลกของดิจิทัล และมีสื่อการเรียนรู้ที่ผลิตออกมาในรูปแบบดิจิทัลเพื่อพัฒนาทักษะการเรียนรู้ของเด็กออกมามากมายที่ล้วนแล้วแต่สร้างความน่าสนใจ และเพิ่มศักยภาพในการพัฒนาของเด็กได้เป็นอย่างดี เพียงแต่เป็นหน้าที่ของผู้ใหญ่อย่างเราที่จะต้องเลือก คัดสรร แบ่งเวลา และคอยดูแลให้ข้อเสนอแนะอย่างใกล้ชิด คอยหมั่นมีปฏิสัมพันธ์กับเค้าอย่างสม่ำเสมอไม่ปล่อยให้เด็กเรียนรู้เองเพียงลำพัง อีกทั้งยังต้องมีการจัดสรรเวลา

ที่แน่นอนโดยปล่อยให้เด็กได้มีอิสระในการเลือกเวลาเพื่อช่วยพัฒนาทักษะการตัดสินใจ การคิดอย่างเป็นเหตุเป็นผล และเรียนรู้ที่จะควบคุมพฤติกรรมของตนเอง

ปัจจัยที่สำคัญในการแก้ปัญหา คือ การสื่อสารที่ดี ต้องมีการพูดคุยเพื่อปรับตัวและเข้าใจความต้องการของแต่ละวัย มีวิธีสื่อสารให้คนในองค์กรรับรู้เกี่ยวกับคนต่างวัย ทั้งพฤติกรรมและความต้องการ เพื่อสร้างความเข้าใจ พร้อมปรับตัว และเติบโตไปด้วยกัน การเลี้ยงลูกเชิงบวกลูกยิ่งเล็กยิ่งได้ผลดี ซึ่งผลจากความพยายามใช้วิธีเชิงบวกจะพบว่าลูกเป็นคนมีเหตุผล เชื่อฟังคำสอนและคำแนะนำ เมื่อมีอารมณ์ก็สามารถจัดการได้ รวมทั้งคนในครอบครัวก็มีความสัมพันธ์ที่ดีขึ้น เพราะไม่มีความรู้สึกเชิงลบในการใช้ชีวิตร่วมกันเพราะการเลี้ยงลูกให้เป็นคือการพัฒนาให้ลูกเติบโตเป็นบุคลากรคุณภาพของสังคม ไม่ใช่แค่ลูกที่ดีของพ่อแม่อย่างเดียว

การเลี้ยงลูกไม่มีถูก ไม่มีผิด ไม่ต้องตรงตามตำรา ส่วนการเลี้ยงลูกเชิงบวกทำแล้วต้องไม่เครียด ทำแล้วต้องสบายใจ แต่ถ้าหากทำแล้วเครียดก็กลับไปศึกษาใหม่ให้มากขึ้น เรามาช่วยกันเลี้ยงเด็กธรรมดาให้มีความสุขไปพร้อม ๆ กัน เพื่อเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่ดีและมีคุณภาพของสังคม

บรรณานุกรม

จิราภรณ์ อรุณากูร. (๒๕๖๐). เลี้ยงลูกเชิงบวก เทรนด์การเลี้ยงลูกของพ่อแม่ยุคใหม่.

สืบค้น ๓๐ พฤษภาคม ๒๕๖๗. จาก <https://www.thaipbs.or.th/news/content/265168>

จิราภรณ์ อรุณากูร. (๒๕๖๐). เลี้ยงลูกเชิงบวก เด็กดีสังคมดี.

สืบค้น ๓๐ พฤษภาคม ๒๕๖๗. จาก <https://www.thairath.co.th/lifestyle/life/956943>

สมบุญ จารุเกษมทวี. เทคนิคการเลี้ยงลูกเชิงบวก Positive Parenting. สืบค้น ๑ มิถุนายน ๒๕๖๗.

จาก https://www.tria.co.th/care_blog/view/53

Hello คุณหมอ. ๕ ปัญหาสุขภาพจิตวัยรุ่น ที่ควรเฝ้าระวัง ก่อนนำไปสู่เหตุการณ์รุนแรง.

สืบค้น ๒ มิถุนายน ๒๕๖๗. จาก <https://www.hellokhunmor.com>

Plagiarism Checking Report

Created on 2024-06-13 21:43:04 at 21:43 PM

[Print Report](#)

Submission Information

ID	SUBMISSION DATE	SUBMITTED BY	ORGANIZATION	FILENAME	STATUS	SIMILARITY INDEX
3784821	Jun 13, 2024 at 21:40 PM	marcde@raf.mil.th	ra3y/hq171#	732 11 4 w60 5 7651 4073d8 49444w67404741.docx	Completed	View

Match Overview

Show 10 entries

NO.	TITLE	AUTHOR(S)	SOURCE	SIMILARITY INDEX
No data available in table				
NO.	TITLE	AUTHOR(S)	SOURCE	SIMILARITY INDEX

Showing 0 to 0 of 0 entries

[First](#) [Previous](#) [Next](#) [Last](#)

Match Details

TEXT FROM SUBMITTED DOCUMENT

TEXT FROM SOURCE DOCUMENT(S)