

คม ชัด ลึก

Khom Chad Luek
Circulation: 300,000
Ad Rate: 1,080

Section: First Section/-

วันที่: จันทร์ 8 กรกฎาคม 2562

ปีที่: 18

ฉบับที่: 6369

หน้า: 11 (ล่างซ้าย)

Col.Inch: 60.03

Ad Value: 64,832.40

PRValue (x3): 194,497.20

ศิลปิน: ชาว-ดำ

หัวข้อข่าว: 'พ่อแม่' ที่มีอยู่จริง สะท้อนครอบครัวไทยยุคดิจิทัล

ครอบครัว ทุกวันนี้ พ่อ แม่ ลูกต่างมีบทบาทและหน้าที่ของตนเอง ช่วงเวลาของครอบครัวก็น้อยลง ข้อเสนองานของ 2 หมอ 1 นักจิตวิทยา ที่เป็น 3 เจ้าของเพจเกี่ยวกับเด็กในเวทีเสวนาสาธารณะ (Public Forum) “เปิดโลกจิตวิทยาเด็ก ไขปัญหาและแลกเปลี่ยนความรู้ใหม่” สะท้อนความจริงของครอบครัวไทยในยุคสมัยและเทคโนโลยีที่เปลี่ยนไป ไว้อย่างน่าสนใจว่า “ช่วงวัย 0-3 ปี” พ่อแม่ต้องทำให้ลูกเห็นว่าพวกเขา “มีอยู่จริง” เพราะเป็นช่วงวัยที่มีผลต่อพัฒนาการของเด็ก

เมื่อเร็วๆ นี้ โครงการขับเคลื่อนความรู้ด้านการสร้างเสริมสุขภาพของเด็กและครอบครัว และการพัฒนาศักยภาพเยาวชน ภายใต้การสนับสนุนของ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ได้ร่วมกับสำนักพิมพ์ book-scape และดีแทค จัดเวทีเสวนาสาธารณะ โดยเชิญหมอ



‘พ่อแม่’ ที่มีอยู่จริง

สะท้อนครอบครัวไทยยุคดิจิทัล

และนักจิตวิทยาเด็กเจ้าของเพจชื่อดัง ร่วมเรียนรู้และแลกเปลี่ยนประสบการณ์จากผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยาเด็ก มาเปิดมุมมองใหม่ๆ และไขทุกคำตอบเกี่ยวกับจิตวิทยาเด็กและการเลี้ยงดูสำหรับพ่อแม่ยุคใหม่



เมธิษา ยอดมณฑป

เมธิษา ยอดมณฑป นักจิตวิทยาเด็กและครอบครัว เจ้าของเพจตามใจนักจิตวิทยา กล่าวว่า ช่วงวัย 0-2 ปี ลูกต้องการความเชื่อใจจากพ่อแม่ จึงต้องทำให้เขามั่นใจว่า พ่อแม่อยู่ตรงนั้นกับเขา หรือช่วงวัย 3 ปี เป็นวัยที่ลูกต้องการทดสอบร่างกายของเขา พ่อแม่ต้องทราบพัฒนาการและจัดพื้นที่ให้ ใช้คำว่า “หยุด” หรือ “ห้าม” ให้น้อยที่สุด ช่วงวัยนี้พ่อแม่ต้องเข้าใจพัฒนาการของลูกเพื่อรักษาสายสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่กับลูกให้มากที่สุด ซึ่งส่งผลในระยะยาว

“เด็กที่เกิดมาท่ามกลาง ‘พ่อแม่ที่มีอยู่จริง’ ทำให้ลูกกล้าที่จะเผชิญกับสิ่งต่างๆ ที่จะเกิดขึ้นได้ เพราะลูกต้องการพ่อแม่ไม่ว่าจะอยู่ในช่วงวัยใดก็ตาม และเมื่อมีปัญหาแล้วเขาหันหลังกลับมาเขาจะเห็นพ่อแม่เสมอ แต่ทุกวันนี้พ่อแม่มีเวลาให้ลูกจริงๆ หรือไม่ พ่อแม่ไม่จำเป็นต้องยิ่งใหญ่สำหรับลูก แต่ต้องเป็นอะไรก็ได้ที่ลูกให้เป็น” เจ้าของเพจตามใจนักจิตวิทยา กล่าว

นักจิตวิทยาเด็กและครอบครัว อ่างงานวิจัยของบีบีซีว่า เด็กเลือกสมาร์ตโฟนถึงแม้จะมีของเล่นหรือขนมที่น่ากินวางอยู่บนโต๊ะ เพราะสมาร์ตโฟนตอบสนองได้ทันที กดข้ามได้และรู้สึกเป็นผู้ควบคุมสมาร์ตโฟนได้ ดังนั้นการเลี้ยงดูและความสัมพันธ์ของพ่อแม่กับลูกในวัยเด็กจึงมีความสำคัญที่ต้องให้ลูกรู้ว่า พ่อแม่ที่มีอยู่จริง จะส่งผลต่อเด็กในระยะยาว เช่นถ้าลูกร้องไห้แล้วพ่อแม่ยื่นสมาร์ตโฟนให้แล้วเขาเงียบแต่ถ้าเปลี่ยนเป็นยื่นนิทานหรือสิ่งของอื่นๆ ก็จะไม่เป็นผล ดังนั้นการกระทำใดๆ ของพ่อแม่ จะส่งผล



น.พ.วรวัฒน์ ไชยประเสริฐ

ต่อความสัมพันธ์ของลูกด้วยเช่นกัน

ส่วน พญ.จิราภรณ์ อรุณากูร กุมารแพทย์เวชศาสตร์วัยรุ่น ภาควิชากุมารเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี ม.มหิดล เจ้าของเพจ “เลี้ยงลูกนอกบ้าน” กล่าวว่า พ่อแม่ต้องเป็นคนสำคัญในชีวิตลูกในช่วงตั้งต้นของชีวิตลูกให้ได้ เพราะการเลี้ยงลูกไม่ได้อาศัยแค่ความรู้ แต่ต้องมีสติในการจัดการตนเองได้ พ่อแม่



พญ. จิราภรณ์ อรุณากูร

ทุกวันนี้เลี้ยงลูกโดยมองที่ผลลัพธ์ จึงมองหาวิธีการต่าง ๆ ที่จะทำให้ลูกหยุดร้อง ทำอย่างไรให้ลูกหยุดดิ้น แต่แท้จริงแล้วการเลี้ยงลูกควรมองกระบวนการ เพียงต้องการจะแก้ปัญหา

“เวลาเลี้ยงลูกอย่ามุ่งพัฒนาตัวลูก แต่ให้พัฒนาตัวเอง การเลี้ยงลูกคือการพัฒนาตัวเองขึ้นสูง ทั้งด้านสติ การพัฒนาความรู้ พัฒนาการเป็นคนที่ดีขึ้น เพราะสุดท้ายเด็กไม่ได้เป็นอย่าง

ที่เราสอน แต่เขาจะเป็นในสิ่งที่เราเป็น” พญ.จิราภรณ์กล่าว

ด้าน นพ.วรวิทย์ เขยประเสริฐ กุมารแพทย์เฉพาะทางด้านโลหิตวิทยาและมะเร็งในเด็ก โรงพยาบาลเวชธานี เจ้าของเพจ “เลี้ยงลูกตามใจหมอ” กล่าวเสริมว่า การสร้างเวลาที่มีคุณภาพกับลูกก็เป็นอีกหนึ่งสิ่งที่พ่อแม่ควรมุ่งถึง เพราะเป็นเวลาที่ช่วยเสริมพัฒนาการ

และความสามารถของลูก สมองส่วนรับอารมณ์ความรู้สึกไว้ จะทำให้เกิดพลังแห่งตัวตน (Power of Self) ที่จะทำให้อายุยืนยาวอยู่รอดได้ในอนาคต ครอบครัวก็เหมือนการปลูกต้นไม้ หากดินดีแล้วต้นไม้ก็จะสวยงาม

อย่างไรก็ตาม พ่อแม่ต้องทำทุกหน้าที่ของลูกให้มีคุณค่า และช่วยเสริมทักษะและความสนใจของลูกได้ เมื่อเขารับรู้ว่า “พ่อแม่ของเขามีอยู่จริง” เด็กจะสามารถก้าวเดินไปข้างหน้า กล้าที่จะเผชิญปัญหา และอยู่รอดได้ในสังคม

● ณัฐณีย์ ลิมวัฒนาพันธ์ ●

qualitylife4444@gmail.com