

3.7 ความรู้เกี่ยวกับการสร้างพฤติกรรมที่พึงประสงค์และการแก้ไขปัญหาพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์

น.ส.ไพลิน วิทยกุล

ธรรมชาติของเด็กปฐมวัยโดยเฉพาะในเด็กอายุ 2-3 ปี เด็กเริ่มที่จะมีพฤติกรรมเรียนรู้ ลองผิดลองถูก และเริ่มต่อต้านซึ่งเป็นพัฒนาการตามวัย การจะทำให้เด็กปฐมวัยเชื่อฟังหรือมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ให้ ความร่วมมือกับผู้ดูแลนั้น ผู้ดูแลเด็กจำเป็นต้องใช้เทคนิคและวิธีการต่างๆ เช่น วิธีการสื่อสาร การบอกความต้องการ หรือถามความรู้สึก เทคนิคการชม และการตำหนิ โดยมีดังนี้

1. การสื่อสารกับเด็กปฐมวัยที่ได้ผลควรหลีกเลี่ยงการใช้คำถามที่ขึ้นต้นด้วยคำว่า “ทำไม” การใช้คำถามที่ขึ้นต้นด้วยคำว่า “ทำไม” จะทำให้เด็กเข้าใจได้ว่าเด็กทำไมไม่ดีเลย ทำไมจึงเป็นเช่นนั้น ? หรือ ถ้ามีเหตุผลใดๆ การกระทำเช่นนั้น อาจเป็นที่ยอมรับได้ การสื่อด้วยคำว่า “ทำไม” จะทำให้เด็กจะพยายามหาเหตุผลเข้าข้างตนเองมากขึ้น เพื่อพยายามยืนยันว่าความคิดและการกระทำของเขาถูกต้อง เลยเป็นการสอนให้เด็กเถียงแบบข้างๆ คูๆ หรือเริ่มเรียนรู้ที่จะพูดที่จะพูดไม่จริง ซึ่งทำให้พ่อแม่หรือผู้ดูแลเด็กจะเป็นฝ่ายโมโหเด็กเสียเอง ทั้งที่เป็นคนเริ่มต้นให้โกหกและหาเหตุผล แต่เมื่อเด็กลองแสดงเหตุผลก็ไม่ยอมรับเหตุผลของเด็ก จึงเปลี่ยนเป็นการสื่อสารแบบ “ฉัน” มากกว่า เธอ”(I-YOU Message) ตัวอย่าง เช่น

“พ่อแม่ไม่ชอบการที่ลูกไม่ยอมปิดทีวี ตามที่พ่อแม่บอก” ดีกว่า “ลูกนี้แย่มาก....ดูทีวีทั้งวัน”

“แม่อยากให้ลูกอาบน้ำ ตามเวลา”

“แม่อยากให้ลูกหยุดฟัง เวลาแม่พูด”

“แม่เสียใจที่ลูกเล่นของเล่นแล้วไม่ยอมเก็บเข้าที่อย่างนี้”

“แม่อยากให้ลูก.....”

“พ่อแม่จะดีใจมากที่.....”

2. การถามความรู้สึกและสะท้อนความรู้สึก เป็นการเปิดโอกาสให้เด็กได้แสดงออกผ่านความรู้สึก ตลอดจนการคิดสะท้อนความรู้สึกของตนเองให้ผู้อื่นได้เข้าใจ ผู้ดูแลเด็กควรเริ่มต้นใช้คำถามและชี้แนะการคิดสะท้อนให้แก่เด็กเพื่อให้เด็กได้สะท้อนความรู้สึกออกมาเพื่อแสดงความเข้าใจในตัวเด็ก และสร้างให้เด็กเข้าใจความรู้สึกของตนเอง ตัวอย่าง เช่น

“หนูคงเสียใจ ที่คุณครูทำโทษ” (สะท้อนความรู้สึก)

“หนูรู้สึกอย่างไรบ้าง ที่พ่อแม่ไม่ได้อยู่ด้วยกัน” (ถามความรู้สึก)

“หนูคงโกรธที่ลูกเพื่อนแกล้ง” (สะท้อนความรู้สึก)

3. การฝึกให้เด็กสื่อสารที่บอกความคิด ความรู้สึก ความต้องการของตนเอง เป็นการฝึกให้เด็กมีทักษะในการสื่อสาร กล่าวพูดกล้าบอสิ่งที่ตัวเองคิดและรู้สึก และเป็นการสอนให้เด็กบอกความต้องการอย่างสุภาพ ด้วยความเข้าใจกันจะช่วยลดความขัดแย้งที่จะเกิดขึ้น ผู้ดูแลเด็กสามารถช่วยกระตุ้นเรื่องนี้ได้ ด้วยการฝึกการสื่อสาร ดังนี้

“หนูคิดอย่างไรกับ เรื่องนี้.....”

“หนูรู้สึกอย่างไร ลองบอกพ่อแม่.....”

“หนูต้องการให้เป็นอย่างไร.....”

ผู้ดูแลเด็กควรรับฟังเด็กมากๆ ให้เขารู้สึกว่า การพูดบอกละแฉ่งเป็นเรื่องปกติ และผู้ดูแลเด็กพร้อมที่จะรับฟังช่วยคิด หรือแบ่งปันความรู้สึก และหากเด็กยังไม่สามารถสะท้อนความรู้สึกของตนเองออกมาได้ ควรช่วยแนะนำเด็กถึงความรู้สึกของเด็กเพื่อเป็นพื้นฐานการเรียนรู้อารมณ์

4. เทคนิคในการชม ให้เด็กเกิดความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง ควรชมให้ผู้ดูแลท่านอื่นๆ เพื่อนร่วมชั้นชม โดยควรชมที่พฤติกรรมที่ดีๆ ที่เด็กแสดงออกให้ผู้ดูแลเห็นและบอกถึงคุณลักษณะที่ดีเพื่อให้เด็กได้เข้าใจพฤติกรรมนั้นๆ เพื่อเป็นประสบการณ์ที่ดีให้กับเด็กได้เข้าใจและรู้สึกภูมิใจในสิ่งที่เด็กทำ เช่น

“ น้องเอยยอดเยี่ยมมากๆ เลย เล่นของเล่นเสร็จแล้วเก็บเข้าที่เรียบร้อยเป็นเด็กมีระเบียบมากๆเลยคะ”

“น้องปีแ่งที่สุด ไปอาบน้ำเองโดยแม่ไม่ต้องบอกเป็นเด็กรู้หน้าที่มากเลยคะ”

“น่ารักที่สุดเลย แม่กลับถึงบ้านหาน้ำมาให้แม่ดื่มน้องซีเป็นเด็กกตัญญูมากๆเลยลูก”

“เก่งมากๆเลยลูก น้องเก็บรู้จักแบ่งของเล่นให้เพื่อนแบบนี้น้องเก็บเป็นเด็กมีน้ำใจมากๆเลยคะ”

5. การตำหนิควรหลีกเลี่ยงใช้เป็นวิธีท้ายสุดเมื่ออยากให้เด็กมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ เพราะเมื่อพ่อแม่หรือผู้ดูแลเด็กจะตำหนิเด็ก ต้องระวังการต่อต้านไม่ยอมรับ วิธีการที่ทำให้เด็กยอมรับ และไม่เสียความรู้สึกด้านดีของตนเอง คือการตำหนิที่ตัวพฤติกรรมมากกว่าตัวเด็ก เช่น “ครูไม่ชอบที่หนูเล่นแล้วไม่เก็บ” ไม่ควรใช้คำพูดทำนองว่า เด็กนิสัยไม่ดีเล่นของเล่นแล้วไม่เก็บเข้าที่ เพราะจะทำให้เด็กต่อต้าน รู้สึกว่าโดนตีตรา หรือแกล้งเป็นอย่างนั้นจริงๆ หรือลามไปถึงพ่อแม่/ครู เช่น “วางของไม่เป็นที่อย่างนี้นิสัยไม่ดีเลย” ควรพูดว่า “แม่เคยสอนแล้วว่าลูกต้องวางของให้เป็นที่”

ที่มา : มูลนิธิรักษ์ไทย. คู่มือการฝึกอบรมครูและผู้ดูแลเด็กในการดำเนินการการจัดโปรแกรมให้ความรู้การอบรมเลี้ยงดูเด็กแก่พ่อแม่ ผู้ปกครองและการจัดบริการให้คำปรึกษาแก่พ่อแม่

ปณิตดา ธนเศรษฐกร.เอกสารประกอบการสอน เทคนิคการสร้างวินัยเชิงบวก.สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว ,มหาวิทยาลัยมหิดล