

การพัฒนาพลังปัญญาของเยาวชนไทย โดยผ่านสถาบันครอบครัว

DEVELOPMENT OF THAI YOUTH'S INTELLECTUAL POWER THROUGH PARTICIPATION OF STUDENTS' PARENTS

สุนันทา พลับแดง¹

Sunanta Plubdeng¹

โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร(ฝ่ายมัธยม)

บทคัดย่อ

ความสัมพันธ์และการมีส่วนร่วมระหว่างผู้ปกครองกับโรงเรียนมีบทบาทอย่างยิ่งต่อการเรียนรู้และการพัฒนาคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของเยาวชน ช่วยให้เยาวชนดำรงตนอยู่ได้ในสังคมอย่างมีปัญญาและมีความสุข ในโลกของสังคมการสื่อสารการเรียนรู้ของเยาวชนมิได้เกิดขึ้นเฉพาะในห้องเรียนเท่านั้น แต่เกิดจากการเรียนรู้ผ่านสื่อเทคโนโลยีต่างๆ การรับข้อมูลที่หลากหลายโดยผ่านการสอน การแนะนำ หรือการชี้แนะ ด้วยความหวังดีผ่านกิจกรรมต่างๆ ที่เหมาะสมจากผู้ปกครองซึ่งเป็น ผู้ที่ใกล้ชิดกับนักเรียนมากที่สุด ย่อมจะทำให้นักเรียนได้พัฒนาพลังปัญญา อันได้แก่ การพัฒนาความคิดอย่างมีวิจารณญาณ การรู้จักแก้ปัญหา การเอื้ออาทรต่อผู้อื่น การคิดเชิงบวก และการบริโภคด้วยปัญญา ได้ในที่สุด

คำสำคัญ : พลังปัญญา ทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณ ทักษะการคิดแก้ปัญหา ทักษะการคิดช่วยเหลือ

ผู้อื่นและสังคม ทักษะการคิดเชิงบวก ทักษะการคิดบริโภคด้วยปัญญา

ABSTRACT

Positive relationship and co-operative participations between parents and schools play very important role in youth's learning and the development of their satisfactory behavior. In addition, such factors enable young people to lead their social life and survive in a smart and content way.

It is the fact that in the days of social networking, young people are not confined to develop all their knowledge only in classes. Thus, we can say that apart from their lessons at school, young people learn more with the help of information communication technology (ICT), under close supervision, coaching and guidance from their parents through well- thought out activities. This results in the formation of their 5 thinking skills namely critical thinking skill, problem solving thinking skill, positive thinking skill, altruism thinking skill, positive thinking skill and appropriate consumption thinking skill.

Keyword : Intellectual Power (Critical Thinking Skill Problem Solving Thinking Skill Altruism Thinking Skill

Positive Thinking Skill Appropriate Consumption Thinking Skill

¹ อาจารย์โรงเรียนสาธิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)

บทนำ

ครอบครัวเป็นหน่วยพื้นฐานของสังคมมนุษย์ เป็นสถานที่แห่งแรกที่ให้ประสบการณ์ชีวิตแก่เด็กเป็น แหล่งเรียนรู้ที่มีประโยชน์ต่อการดำรงชีวิตสนับสนุนให้ เด็กสามารถมีชีวิตรอดอยู่ได้ในสังคมอย่างเป็นสุข ความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิดภายในครอบครัวมีอิทธิพลอย่างยิ่ง ต่อการเรียนรู้และพัฒนาการทุกด้านของเด็กผู้ปกครอง หรือผู้ใหญ่ในครอบครัวจึงเป็นผู้ที่มีบทบาทสำคัญในการ จัดบรรยากาศสิ่งแวดล้อมและสิ่งเร้าให้เด็กเกิดการเรียนรู้ เป็นแบบอย่างที่ดีให้เด็กได้เลียนแบบทั้งพฤติกรรมทาง กายวาจา วิธีคิด และวิธีแก้ปัญหา รวมทั้งถ่ายทอดทักษะ ต่างๆ ช่วยสร้างสรรค์สังคม แห่งการเรียนรู้และปลูกฝัง พฤติกรรมทางสังคมที่พึงประสงค์ให้แก่เด็ก

การมีปฏิสัมพันธ์เรียนรู้ร่วมกันของเด็กกับบุคคล รอบข้างเป็นการเรียนรู้ทางสังคม ผ่านความคิดและ ประสบการณ์ที่แตกต่างผ่านสิ่งแวดล้อมทางเทคโนโลยีโดยมี ผู้ใหญ่ช่วยเลือกสรรชี้แนะด้วยความหวังดีทำให้เด็กได้ซึม ซึบ รับการสอน การชี้แนะ การอธิบายแนะแนวทางปฏิบัติ ช่วยให้เด็กได้ฝึกสังเกตพิจารณาจนเกิดการเรียนรู้เท่าทัน การเปลี่ยนแปลงของโลก และสามารถแก้ไขปัญหาต่างๆที่ เกิดขึ้นในชีวิตได้การที่เด็กได้มีโอกาสฝึกคิดวิเคราะห์บ่อยๆ เรียนรู้จากแบบอย่างที่ดี จะทำให้เด็กเกิดความเข้าใจ สามารถแสดงความคิดเห็นที่ถูกต้องดีงาม ยิ่งถ้ามีการ ปฏิบัติซ้ำย้ำทวน คิดไตร่ตรองพิจารณาทางเลือกที่เกิดขึ้น ด้วยแล้ว ก็จะช่วยช่วยให้เด็กเข้าใจ เกิดการเรียนรู้ที่ยั่งยืน คงทน นำไปสู่การปฏิบัติที่เหมาะสมและสร้างสรรค์ได้ใน ที่สุด (Eqqen&Kauchak ,1999)

ความเป็นมาและความสำคัญของการพัฒนาพลัง ปัญญา

ปัญญา คือความรู้ทุกสิ่งตามความเป็นจริง รู้แม้ว่ากำลังเป็นอย่างไร เพราะอะไร และจะจัดการอย่างไร

จึงจะเหมาะสมพอดีที่จะก่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดต่อทุก ฝ่ายทุกเวลา ปัญญาจึงเสมือนแสงสว่างที่ส่องให้เห็นความ จริง เห็นถึงกฎเกณฑ์ และเห็นถึงวิธีที่จะบริหารความเป็น จริง ช่วยให้ประกอบกิจการต่างๆได้สำเร็จโดยง่าย

ปัจจัยสำคัญที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทาง สติปัญญาได้แก่ วุฒิภาวะ (Maturation) หมายถึงลักษณะ ที่พัฒนาเองตามธรรมชาติ และเกิดขึ้นได้เองโดยไม่ต้อง อาศัยการเรียนรู้ ประสบการณ์ (Experience) หมายถึง ความเข้าใจสิ่งใดสิ่งหนึ่งอย่างชัดเจน ซึ่งความชัดเจนนี้เกิด จากการกระทำที่ได้พบเห็นมา การส่งทอดทางสังคม (Social transmission) หมายถึงกระบวนการสืบต่อ วัฒนธรรม ความคิด จากคนรุ่นหนึ่งไปยังอีกรุ่นหนึ่งอย่าง ต่อเนื่อง วิธีการนี้ เช่น การให้การศึกษา การเลียนแบบ การปลูกฝังความคิด เป็นต้น และการสร้างภาวะสมดุล (Equilibration) หมายถึง การลดภาวะขัดแย้งทางความคิด ด้วยการใช้เหตุผลและการประนีประนอม (ปรีชา วิหคโต, 2545) ดังนั้นจะเห็นได้ว่า การที่จะพัฒนาเยาวชนให้เกิด การเปลี่ยนแปลงทางสติปัญญา หรือเกิดการพัฒนาพลัง ปัญญาได้นั้น เยาวชนจะต้องได้รับการส่งเสริมและเรียนรู้ จากบุคคลที่มีอิทธิพลทางความคิดและใกล้ชิดกับนักเรียน ซึ่งได้แก่ พ่อ แม่ ผู้ปกครองและครู เป็นต้น

แนวทางการจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาพลังปัญญา สำหรับผู้ปกครอง

จากความสำคัญของผู้ปกครองที่มีต่อการ พัฒนาเยาวชนดังกล่าว ทำให้กระบวนการ พัฒนา เยาวชนไทย โดยเฉพาะการพัฒนาพลังปัญญา จำเป็นต้องอาศัยความร่วมมือ และการลงมือปฏิบัติอย่าง จริงจังของผู้ปกครอง ฝึกให้เด็กได้รอบรู้เท่าทันการ เปลี่ยนแปลงของสังคม ฝึกให้เด็กกล้าที่จะนำตนเอง เพื่อ ประโยชน์ส่วนตนและสังคม ด้วยการใช้องค์กรและ

กลวิธีต่างๆ เพื่อให้เด็กมีทักษะด้านการคิดและการปฏิบัติที่สำคัญ และเป็นต่อการพัฒนาหลังปัญญา 5 ด้านดังนี้

1. ทักษะด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ
2. ทักษะด้านการคิดแก้ปัญหา
3. ทักษะด้านการคิดช่วยเหลือผู้อื่นและผู้อื่นและสังคม
4. ทักษะด้านการคิดเชิงบวก เพื่อให้เกิดสุขภาวะทางจิต
5. ทักษะด้านการคิดเพื่อให้เกิดการบริโภคด้วยปัญญา

กิจกรรมสำหรับผู้ปกครอง เพื่อช่วยฝึกให้เด็กมีทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณ

การพัฒนาหลังปัญญาเพื่อช่วยในด้านการดำเนินชีวิต ให้มีประสิทธิภาพและประสบความสำเร็จนั้น จะต้องเริ่มที่การมีความรู้ความเข้าใจในข้อมูลศิลปะวิทยาการต่างๆ เข้าถึงเนื้อหาความหมายที่ถูกต้องชัดเจน รู้จักจับสาระของความรู้หรือเรื่องราวต่างๆ รู้จุด รู้ประเด็น จนสามารถยกขึ้นมาอ้าง ชี้แจงแสดงเหตุ หรือยกขึ้นมาวางเป็นหลักในการสื่อสารถ่ายทอดความรู้ ความเข้าใจ เพื่อให้ผู้อื่นรู้ตาม เห็นตามได้ การคิดวินิจฉัยที่ถูกต้องชัดเจน เทียบตรง รู้จักแยกแยะวิเคราะห์ วิจัย สืบสาวเหตุปัจจัยเรื่องราวต่างๆ ดังกล่าว จึงเป็นเรื่องที่สำคัญและจำเป็นยิ่งที่ต้องพัฒนาตั้งแต่วัยเด็ก ซึ่งผู้ปกครองในฐานะผู้ที่ใกล้ชิดเด็ก สามารถช่วยฝึกให้เด็กมีความคิดอย่างมีวิจารณญาณ ได้ด้วยกิจกรรมต่างๆ ดังนี้ (Gottman, J.,1998)

1. ฝึกให้เด็กรู้จักสังเกตพิจารณาเลือกรับและส่งต่อข้อมูล ข่าวสารเฉพาะที่มีสาระและเชื่อถือได้เท่านั้น ด้วยการหมั่นพูดคุย ชักถามถึงข่าวที่ปรากฏตามสื่อต่างๆ

และรับฟังความคิดเห็นของเด็กชี้ชวนให้ เด็กได้แสดงความคิดเห็น ในประเด็นต่างๆต่อไป

- 1.1 ลักษณะและประเภทของข้อมูล ข่าวสารที่เด็กควรรับรู้ หรือจำเป็นต้องรับรู้
- 1.2 ที่มาของ แหล่งข้อมูลข่าวสาร และความน่าเชื่อถือของแหล่งข้อมูล
- 1.3 สาเหตุที่เด็กเชื่อ หรือไม่เชื่อ ข้อมูล ข่าวสารนั้นๆ
- 1.4 เหตุผลที่เด็กใช้ในการสนับสนุน หรือขัดแย้ง ความเชื่อนั้น
- 1.5 ความถูกต้อง ทันทสมัยของข้อมูล ข่าวสาร ที่เด็กได้รับ
- 1.6 รายละเอียดและปริมาณของข้อมูล ข่าวสารที่เด็กต้องการรับรู้
- 1.7 วิธีการแสวงหาข้อมูล ข่าวสารเพิ่มเติม เพื่อประโยชน์ในการรับรู้หรือการนำไปใช้
- 1.8 เหตุผลที่เด็กต้องการจะเผยแพร่ข้อมูล ข่าวสารที่ได้รับรู้มา
- 1.9 ลักษณะของข้อมูล ข่าวสารที่มีคุณค่า สมควรที่จะนำไปเผยแพร่ให้ผู้อื่นร่วมรับรู้
- 1.10 ลักษณะของข้อมูล ข่าวสารที่ไม่มีคุณค่า ไม่สมควรนำไปเผยแพร่ให้ผู้อื่นร่วมรับรู้
2. หมั่นกล่าวยกย่อง ชมเชย เมื่อเด็กนำเรื่องที่มีสาระมีประโยชน์ มาพูดคุย บอกเล่า หรือซักถาม
3. หมั่นสังเกต ว่าเด็ก ชื่นชอบหรือติดสือ ประเภทใด ผู้ปกครองควรให้คำแนะนำในการเลือกประเภทและลักษณะของข้อมูล ข่าวสารที่เด็กได้รับจากสื่อต่างๆ
4. หมั่นพูดคุย บอกเล่าข้อมูล ข่าวสารที่เด็กสนใจ บอกแหล่งข้อมูลที่ได้รับทราบมาและสนับสนุนให้เด็กได้มีโอกาสแสดงความคิดเห็น เพิ่มเติม หรือแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับเด็กสังเกตปฏิกิริยาของเด็กขณะพูดคุย ในสิ่งที่สนใจ
5. รับฟังอย่างตั้งใจ แสดงอาการชื่นชม เมื่อเด็กสามารถ พูดคุยแสดงความคิดเห็นอย่างมีเหตุผลเพื่อสนับสนุน

สนับสนุนหรือคัดค้านความเชื่อส่วนตัว ผู้ปกครองควรกระตุ้นเด็กให้พูดอ้างอิงถึงแหล่งข้อมูล เมื่อต้องการจะแสดงความคิดเห็นเพื่อสนับสนุน หรือคัดค้าน ในเรื่องใดๆ

6. ผู้ปกครองควรชี้แนะถึงประโยชน์ของการรู้จักคิดแบบมีวิจารณญาณแบบไตร่ตรองกลับกรองข้อมูล และโทษของการขาดวิจารณญาณในการคิด และการปฏิบัติแบบไม่ยั้งคิด

กิจกรรมสำหรับผู้ปกครอง เพื่อช่วยฝึกให้เด็กมี

ทักษะการคิดแก้ปัญหา

การที่จะฝึกเด็กให้มีทักษะในการคิดแก้ปัญหา นั้น ประการแรกผู้ปกครองจะต้องหมั่นสังเกตพฤติกรรม อากัปกริยา สีหน้า แววตา ภาษาพูด ภาษาท่าทางหรือการแสดงออกของเด็กก่อนว่ามีลักษณะที่ผิดปกติ หรือไม่ เด็กแสดงความทุกข์ใจ ไม่สบายใจ อึดอัด คับข้องใจ ขัดแย้งใจ หรือไม่ ถ้าพบลักษณะดังกล่าว ให้ผู้ปกครองพูดคุย ซักถาม แสดงท่าทีห่วงใยด้วยการตั้งใจรับฟังเรื่องราวที่เด็กเล่า ไม่รีบตัดบท ต่วนสรุปหรือกล่าวตำหนิติเตียน หรือให้คำแนะนำทันทีที่เด็กเล่าเรื่องจบ ควรสอบถามเด็กว่ารู้สึกอย่างไร กระตุ้นเด็กให้ระบุความรู้สึกให้ชัดเจน เช่น โกรธ / อาย, เสียใจ/น้อยใจ, เหนง / เซ็ง/ เบื่อ, กลัว / เกลียด, อึดอัดใจ / กังวลใจ, ละอายใจ / สำนึกผิด เป็นต้น เมื่อมีปัญหาเด็กมักจะ สับสนและไม่สามารถระบุได้ว่าตนเองมีความรู้สึกอย่างไร ผู้ปกครองควรแสดงท่าทียอมรับความรู้สึกของเด็ก โดยไม่ตอกย้ำด้วยการใช้คำพูดเพื่อตักเตือนอย่างเคยชินเช่น พูดว่าเตือนแล้วใช่ไหม, ทำไมจึงทำแบบนี้, คราวนี้จะเซ็ดไหม, ก็ครั้งแล้วที่ทำแบบนี้, ทำไมก่อนทำไม่คิด, เรื่องทั้งหมดเพราะเราทำตัวเองใช่ไหม เป็นต้น การแสดงท่าทียอมรับของผู้ปกครอง จะทำให้เด็กรู้สึกปลอดภัย สบายใจ และพร้อมที่จะคิดแก้ปัญหาด้วยตนเองและเมื่อเด็กพร้อมแล้ว

ผู้ปกครองก็สามารถที่จะช่วยฝึกให้เด็กคิดแก้ปัญหาได้ด้วยวิธีต่อไปนี้ (Ruth Weltmann Begun. , 1996)

1. พุดกระตุ้นให้เด็กระบุให้ชัดว่าปัญหาที่แท้จริงของเขาคืออะไร เขารู้สึกอย่างไรกับปัญหานั้น
2. สอบซักเด็กให้แน่ใจว่า เด็กต้องการแก้ปัญหา นั้นอย่างจริงจังด้วยตัวของเขาเอง
3. ชี้ชวนให้ เด็กคิดหาวิธีแก้ปัญหาแบบหลากหลายวิธีโดยไม่ชี้นำหรือบอกวิธีแก้ปัญหาให้เด็ก ถ้าเด็กตอบว่าไม่รู้ แปลว่าเขายังไม่อยากจะคิด ไม่อยากรับผิดชอบกับปัญหานั้น ผู้ปกครองควรให้กำลังใจและกล่าวย้าให้เด็กตระหนักว่าความจริงแล้วไม่มีใครรู้วิธีที่ดีที่สุดในการแก้ปัญหา แต่ผู้เลือกวิธีแก้ปัญหาได้ดีที่สุดและเหมาะสมที่สุดคือเจ้าของปัญหา
4. ซักถามเพื่อให้เด็กคาดเดาว่าจะเกิดอะไรขึ้น ถ้าเด็กแก้ปัญหา ด้วยวิธีต่างๆ ตามที่เขาคิด
5. ซักถามเด็กว่าจะเลือกใช้วิธีใด หรือจะทำอะไร เพื่อแก้ปัญหานั้น ย้าให้เด็กไตร่ตรอง และเลือกวิธีที่เหมาะสมสำหรับตัวเขา ผู้ปกครองอาจแนะนำวิธีที่ผู้อื่นเคยใช้แล้ว ได้ผลแต่ให้ย้าว่าเด็กไม่จำเป็นต้องใช้วิธีเดียวกับที่ผู้อื่นใช้ ผู้ปกครองควรแสดงความเชื่อมั่นว่าเด็กจะหาวิธีแก้ปัญหาที่ดีที่สุดสำหรับตัวเองได้
6. พุดให้เด็กเข้าใจว่าเมื่อเด็กเลือกวิธีใดเพื่อแก้ปัญหาแล้วไม่ว่าผลของการแก้ปัญหานั้น จะเป็นอย่างไร เขาจะต้องยอมรับและรับผิดชอบต่อการตัดสินใจของเขา ไม่นำมาครุ่นคิดให้กังวลใจ หรือไม่สบายใจภายหลังว่าตัดสินใจผิดพลาด
7. การฝึกให้เด็กคิดใช้เหตุผล ในการวิเคราะห์ปัญหา หรือแก้ปัญหาจะทำได้ง่ายขึ้น ถ้าผู้ปกครองหมั่นฝึกให้เด็กเป็นคนช่างสงสัย ใฝ่รู้ฝึกให้เด็กหมั่นตั้งคำถาม แล้วพยายามหาคำตอบการตอบคำถามที่ขึ้นต้นว่า “ทำไม” หรือ “อย่างไร” เป็นการฝึกสร้างปัญญานอกจากได้รับความรู้แล้วยัง

ช่วยเสริมสร้างความมั่นใจให้กับเด็กช่วยให้เด็กไม่ย่อท้อใน การแก้ปัญหา

กิจกรรมสำหรับผู้ปกครอง เพื่อช่วยฝึกให้เด็กมีทักษะ ด้านการคิดช่วยเหลือผู้อื่นและสังคม

การฝึกให้เด็กเป็นผู้ที่มีจิตเมตตาและชอบ ช่วยเหลือผู้อื่นนั้น ต้องอาศัยผู้ปกครองเป็นบุคคลต้นแบบ ทั้งด้านความคิด ความรู้สึก และการกระทำ การหล่อ หลอมให้เด็กมีความคิดเชิงจริยธรรมด้านช่วยเหลือผู้อื่น อาหารต่อผู้อื่นและสังคมนั้น นอกจากจะช่วยพัฒนากิจ นิสัยด้านความช่วยเหลือร่วมมือกับผู้อื่นแล้ว ยังช่วยให้ เด็กพัฒนาทักษะทางสังคม ช่วยให้เด็กมีเพื่อนเพิ่ม มากขึ้นมีความสุขจากการเป็นผู้ให้ รู้จักเห็นอกเห็นใจผู้อื่นและ รู้จักการเสียสละ สำหรับการฝึกทักษะในด้านนี้ ให้แก่เด็ก นั้น ผู้ปกครองสามารถทำได้ดังนี้

1. ผู้ปกครองควรพูดแสดงความรู้สึกยินดีอย่าง เปิดเผยกับเด็ก ทุกครั้งที่เด็ก แสดงพฤติกรรมห่วงใยเห็น ออกเห็นใจหรือต้องการจะช่วยเหลือผู้อื่น หรือเล่าเรื่องที่ได้ มีโอกาสช่วยเหลือผู้อื่น

2. พูดแสดงความรู้สึกแบบจริงจัง สักสอนเมื่อ เด็กมีพฤติกรรมที่เห็นแก่ตัวไม่ช่วยเหลือผู้อื่นพร้อมทั้ง อธิบายผลที่อาจเกิดขึ้นจากการไม่ช่วยเหลือ ไม่เห็นอก เห็นใจผู้อื่นให้เด็กทราบ

3. พูดให้เด็กเข้าใจถึงความรู้สึกของผู้อื่น ขณะที่ ต้องการความช่วยเหลือเพื่อให้เขารู้สึกเห็นอกเห็นใจ ผู้อื่น ด้วยการยกเหตุการณ์จริงประกอบ

4. ผู้ปกครองควรเป็นแบบอย่างในการแสดง พฤติกรรมช่วยเหลือ เห็นอกเห็นใจ มีเมตตาต่อผู้อื่น อาทิ เช่น การช่วยเหลืองานเพื่อนบ้าน บริจาคแบ่งปัน สิ่งของ เป็นอาสาสมัครชุมชนเป็นที่ปรึกษารับฟังปัญหา ของญาติพี่น้องเพื่อนบ้านให้การช่วยเหลือกิจกรรมการ กุศลต่าง ๆ เป็นต้น

5. ชักชวนเด็กให้ร่วมกิจกรรม หรือแนะนำกิจกรรมที่ ช่วยให้ เด็กได้มีโอกาสช่วยเหลือผู้อื่น อาทิเช่น การบริจาค หนังสือ บริจาคของเล่น การอาสาทำความสะอาดถนนใน หมู่บ้านการช่วยเหลืองานญาติพี่น้อง/เพื่อนบ้าน การสอนการ บ้านเด็กที่เล็กกว่าการช่วยงานกิจกรรม ที่บ้านและที่โรงเรียน เป็นอาสาสมัครในโครงการบำเพ็ญประโยชน์ต่าง ๆ เป็นต้น

6. อธิบายหรือแนะนำสิ่งที่ถูกต้องให้กับเด็ก ในขณะที่ ร่วมชมภาพยนตร์ ละครหรือข่าวที่มีเรื่องราวแสดง พฤติกรรมที่เห็นแก่ตัวไม่ช่วยเหลือผู้อื่นหรือพฤติกรรมทารุณ กรรมต่าง ๆ ให้เด็กมีทัศนคติที่ ถูกต้องในการประพฤติปฏิบัติ ต่อผู้อื่นชักชวนให้เด็กเห็นตัวอย่างของพฤติกรรมที่ดีงาม เหมาะสมในการช่วยเหลือสังคม

7. กล่าวยกย่อง ชมเชยแสดงความชื่นชมบุคคลที่ ทำงานเพื่อสาธารณประโยชน์ ทำงานเพื่อส่วนรวมหรือผู้ที่ ทำงานอาสาสมัครต่างๆ ให้เด็กดูเป็นแบบอย่าง

8. หมั่นแสดงความรักและให้ความสำคัญ แก่เด็ก เนื่องจากเด็กที่มาจากครอบครัว ที่อบอุ่นรักใคร่ และ เข้าใจกันมีแนวโน้มที่จะมีพฤติกรรมที่เห็นอกเห็นใจและชอบ ช่วยเหลือผู้อื่น ต่างจากเด็กที่มาจากครอบครัวที่ขาดความรัก ความเข้าใจมักจะเห็นแก่ตัวชอบแย่งชิงและเอาวัดเอาเปรียบ ผู้อื่น

กิจกรรมสำหรับผู้ปกครอง เพื่อช่วยฝึกให้เด็กมีทักษะ ด้านการคิดเชิงบวก เพื่อให้ เกิดสุขภาวะทางจิต

การพัฒนาความสุขและภาวะที่เกื้อหนุน สุขภาพจิตที่ควรสร้างเสริมให้มีอยู่ประจำในจิตใจ ของเด็กคือ ความเป็นผู้ที่ร่าเริง สดชื่นเบิกบานใจ ไม่หดหู่หรือห่อ เหี่ยว ไม่เครียด มีความรู้สึกมั่นคงปลอดภัยเป็นผู้ที่รักและ เห็นคุณค่าในตน ซึ่งในเรื่องนี้ผู้ปกครองสามารถช่วยเหลือ และฝึกให้เด็กมีความสุขได้ด้วยการสอน ให้เด็กรู้จักคิดเชิง บวก ดังนี้ (Ruth Weltmann Begun., 1996)

1. หมั่นสังเกตพฤติกรรม การพูดและการแสดงออกของเด็กว่าเด็กมีความคิดเชิงบวกหรือเชิงลบต่อตนเอง ต่อผู้อื่นหรือต่อสถานการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้น

2. แสดงอาการ ยกย่องชมเชยเด็กทุกครั้งที่เด็กแสดงทัศนคติเชิงบวกต่อตนเองต่อผู้อื่น หรือต่อสถานการณ์รอบตัว

3. ให้คำแนะนำ ชี้แจง ร่วมแสดงความคิดเห็นเพื่อปรับเปลี่ยนทัศนคติเชิงลบของเด็กให้เป็นทัศนคติเชิงบวก ดังตัวอย่างเช่น ถ้าเด็กกล่าวโทษผู้อื่น หรือเหตุอื่น ว่าเป็นตัวการที่ทำให้เขาทุกข์ร้อนไม่สบายใจ อับอาย หรือกังวลใจ ในเรื่องใดก็ตาม ผู้ปกครองควรแนะนำหรือชี้ชวนให้เด็กเห็นว่า การที่เด็กเป็นทุกข์ หรือไม่สบายใจ นั้น ตัวเด็กเองเป็นคนกำหนดว่าจะทุกข์มาก หรือทุกข์น้อยจะเก็บความทุกข์นั้น ไว้หรือจะปล่อยไป สิ่งใดที่เกิดขึ้นแล้วล้วนเป็นสิ่งดี ช่วยทำให้เด็กได้เรียนรู้ มีประสบการณ์เพิ่มและสามารถหาทางป้องกันได้ ถ้าเด็กชอบพูด หรือชอบให้สัญญาณว่าจะทำสิ่งใดแล้วไม่ทำโดยอ้างเหตุผลต่างๆ นานาผู้ปกครองควรชี้แนะให้เด็กยอมรับความจริงว่า การที่เด็กตั้งใจจะทำอะไรที่เป็นผลดีต่อตนเอง หรือต่อผู้อื่นนั้น เป็นเรื่องที่ดี (แค่ คิดก็ดีแล้ว) แต่การที่เด็กไม่ทำนั้น แสดงว่าเด็กกำลังลดคุณค่าในตัวเองลง เมื่อเด็กตั้งใจดี แล้วลงมือกระทำผลจะออกมาดีหรือไม่นั้นไม่ใช่เรื่องที่เด็กต้องกังวล ถ้าเด็กวิจารณ์ตนเอง ในทางลบผู้ปกครองควรชี้ชวนให้เด็กเปลี่ยนมุมมองใหม่ ให้เด็กพูดเล่าถึงเรื่องดีที่เขาเคยทำ หรือ ชี้ชวนให้เห็นถึงลักษณะที่ดีๆ ประการอื่นๆ ที่เด็กมีพร้อมทั้งให้ ข้อเท็จจริงแก่ เด็กว่าไม่มีใครดีทั้งหมด และไม่มีใครเลว ทั้งหมดการเปรียบเทียบตนเองกับผู้อื่น ควรเป็นไปเพื่อการพัฒนาตนเอง ไม่ใช่เพื่อการดูถูก หรือทำให้ตนเองน้อยเนื้อต่ำใจ ถ้าเด็กมุ่งมั่นจะทำอะไรให้สำเร็จแต่มักกลัวว่าจะผิดพลาด หรือล้มเหลว ผู้ปกครองควรให้กำลังใจเด็ก ด้วยการยกตัวอย่างให้เด็ก

เห็นว่าผู้ที่จะทำงานใหญ่ หรือทำงานยากๆ นั้นต้องเป็นผู้ที่มุ่งมั่นสนุกกับงานนั้นๆ และไม่กลัวความล้มเหลว ให้เด็กคิดในเชิงบวกว่าลงมือกระทำแล้วล้มเหลวยังดีกว่าไม่ได้ลงมือกระทำ อย่างน้อยก็มีประสบการณ์มากกว่า เป็นงานรู้งานมากกว่า จะทำอะไรภายหลังก็จะรอบคอบและระมัดระวังเตรียมงานได้ดีกว่า รู้สึกว่าตนเองมีแนวทางปฏิบัติ ชัดเจนกว่าถ้าเด็กรู้สึกผิดหวังและรู้สึกว่าตนเองไม่มีความสามารถทำอะไรก็สู้คนอื่นไม่ได้ ทำอะไรก็ผิดพลาดเป็นเรื่องธรรมดา ทุกคนมีโอกาสที่จะพลาดได้เหมือนกัน ไม่มีใครเป็นคนเก่งตลอดกาลเมื่อมีคนเก่งก็จะมีคนที่เก่งกว่า การรู้จักให้อภัยในข้อผิดพลาดของตัวเองและพยายามแก้ไข ปรับเปลี่ยน ตนเองเสียใหม่ ตั้งใจทำในสิ่งที่มุ่งหวังอย่างเต็มที่ก็พอแล้ว ดีแล้ว เพราะทุกครั้งที่เด็กตั้งใจทำอะไรที่ดีๆ เด็กจะรู้สึกดีและภูมิใจในตนเอง ผู้ปกครองก็จะรู้สึกดีและภูมิใจในตัวเด็กเช่นกัน

กิจกรรมสำหรับผู้ปกครอง เพื่อช่วยฝึกให้เด็กมี

ทักษะด้านการคิดเพื่อให้เกิดการบริโภคด้วยปัญญา

การเสพหรือการบริโภคปัจจัยโดยใช้ปัญญาเป็นพฤติกรรมที่ถ้าไม่พัฒนาตั้งแต่วัยเด็กแล้วจะก่อปัญหาอย่างมากทั้งแก่ชีวิตแก่สังคมและแก่โลก เพราะเด็กจะบริโภคปัจจัย 4 และสิ่งของเครื่องใช้ทั้งหลายรวมทั้งเทคโนโลยีอย่างมั่วเมาฟุ้งเฟ้อ ฟุ่มเฟือยทำให้คุณภาพชีวิตเสื่อมเสีย มีการใช้จ่ายอย่างสิ้นเปลืองเกิดการขัดแย้งแย่งชิงเบียดเบียนกันในสังคม มีการทำลายทรัพยากรธรรมชาติ และเกิดปัญหามลภาวะเป็นต้น ดังนั้นจึงจำเป็นอย่างยิ่งที่เด็กจะต้องพัฒนาพฤติกรรมการกิน การใช้การเสพ และการบริโภคอย่างเหมาะสม ให้เป็นพฤติกรรมที่เกิดจากปัญญาเข้าใจและมีการปฏิบัติอย่างถูกต้อง รู้จักใช้สอยสิ่งต่าง ๆ อย่างประหยัด เพื่อให้ได้ประโยชน์สูงสุด และสิ้นเปลืองน้อยที่สุดผู้ปกครองสามารถช่วยให้เด็กเป็นผู้ที่ฉลาดซื้อฉลาดใช้ ฉลาดบริโภคได้ด้วยวิธีการต่าง ๆ ดังต่อไปนี้ :

1. หมั่นพูดคุย แนะนำให้เด็กรู้ถึงวิธีการใช้เงินอย่างประหยัดคุ้มค่า และได้ประโยชน์สูงสุด ตัวอย่าง เช่น

1.1 เมื่อเด็กร้องขอให้ซื้อสิ่งของที่กำลังอยู่ในความสนใจของเด็กในวัยเดียวกัน เช่น หนังสือการ์ตูน เกมของเล่น เป็นต้น สิ่งเหล่านี้มักเป็นสิ่งที่เด็กอ่านหรือเล่นจนติดทำให้ ต้องขวนขวายหาซื้อ หาสะสม ซึ่งสิ่งเหล่านี้ล้วนมีราคาแพง และมีอายุการใช้งานสั้น ผู้ปกครองจึงควรให้คำแนะนำในการซื้อหา และควรแนะนำให้เด็กผลัดกันซื้อ หรือแลกเปลี่ยนกันใช้

1.2 เมื่อเด็กร้องขอ หรือเลือกซื้อ สิ่งของ อาหารประเภทที่ได้รับอิทธิพลจากสื่อโฆษณาต่างๆ เช่น ขนมกรุบกรอบ อาหารสำเร็จรูป เครื่องดื่ม อาหารจานด่วน พิซซ่า แซมเบอร์เกอร์ ไก่ทอด มันฝรั่งทอด ฯลฯ ผู้ปกครองควรแนะนำ ถึงเรื่องคุณค่าทางอาหารและโภชนาการว่า อาหารเหล่านี้ มีผล ทำให้เกิดไขมันสะสมในร่างกาย ทำให้อ้วนง่ายอีกทั้งยังมีราคาแพงเนื่องจากเป็นสินค้าที่มีเยื่อหุ้ม ถ้าเด็กจะเลือกซื้อเพื่อบริโภคอาจทำได้เป็นครั้งคราวไม่ควรบริโภคประจำ หรือบริโภคด้วยค่านิยมที่เห็นว่าเป็นเรื่องที่ทันสมัยหรือเป็นแฟชั่น

1.3 เมื่อเด็กร้องขอ หรือเลือกซื้อ ผลิตภัณฑ์ ที่มีรูปลักษณะสวยงาม แต่ไม่มีใบรับประกันคุณภาพ หรือเป็นอาหารที่ไม่มีสติกเกอร์รับรองจากองค์การอาหารและยา ไม่มีวัน เดือน ปีที่ผลิต ผู้ปกครองควรแนะนำ ให้เด็กอ่านใบรับประกันหรือฉลากรับรองจากผู้ผลิต ก่อนซื้อทุกครั้ง

1.4 เมื่อเด็กร้องขอหรือเลือกซื้ออาหารที่ขาดสุขอนามัย เช่น ของปิ้ง ย่าง ลวก เผา ตามข้างทางที่ผู้ชายไม่ระวัง เรื่องความสะอาดมีสิ่งปนเปื้อน ผู้ปกครองควรชี้แนะให้เด็กเห็นถึงโทษภัยที่อาจเกิดขึ้นและส่งผลกระทบต่อสุขภาพของเด็ก

1.5 เมื่อเด็กร้องขอหรือเลือกซื้อ สินค้าที่มีราคาแพงเมื่อเปรียบเทียบคุณภาพกับราคาแล้วไม่คุ้มค่ากับการ

ซื้อผู้ปกครองควรสอนให้เด็ก รู้จักถนอมใช้สิ่งของ รู้จักซ่อมแซมและนำมาใช้ใหม่ไม่ควรให้เด็กซื้อของใหม่ทั้งๆ ที่ของเก่ายังใช้งานได้คืออยู่

2. นอกจากเรื่องของกินของใช้แล้วผู้ปกครองควรหมั่นแนะนำเด็กให้เห็นคุณค่าของการใช้พลังงาน อย่างประหยัดและคุ้มค่า ดังต่อไปนี้

2.1 สอนให้เด็กใช้น้ำแต่พอดีไม่เปิดน้ำทิ้งไว้ในขณะล้างหน้าแปรงฟันหรือทำกิจกรรมอื่นๆ

2.2 สอนให้เด็กใช้ไฟฟ้าเฉพาะงานที่จำเป็น ไม่เปิดไฟทิ้งไว้ หรือใช้อุปกรณ์ไฟฟ้าเกินความจำเป็นสอนให้เด็กเลือกใช้อุปกรณ์ไฟฟ้าที่มีสัญลักษณ์ประหยัดไฟกำกับเมื่อต้องการซื้อ

3. ผู้ปกครองควรหมั่นแนะนำให้เด็กรู้จักใช้เวลาอย่างเหมาะสมรู้ว่าเวลาใดควรเรียน เวลาใดควรเล่นเวลาใดที่ควรช่วยงานบ้าน หรือเวลาใดที่ควรพักผ่อนสอนให้เด็กรู้จักใช้เวลาว่างให้เป็น ประโยชน์รู้จักใช้ และแบ่งเวลาอย่างเหมาะสมจนเป็นนิสัย ซึ่งการใช้เวลาอย่างคุ้มค่านับเป็นการบริโภคด้วยปัญญา เช่นกัน

4. ผู้ปกครองควรเป็นตัวอย่างให้เด็ก ด้วยการเลือกซื้อ เลือกกิน เลือกใช้ แต่สิ่งที่จำเป็นมีประโยชน์และมีคุณภาพ เพื่อสร้างค่านิยมที่ถูกต้องเหมาะสมในการเลือกบริโภคให้แก่เด็ก

บทสรุป

การพัฒนาพลังปัญญาให้แก่เยาวชนด้วยการส่งเสริมให้เยาวชนได้เรียนรู้ผ่านกระบวนการทางสังคมโดยมีผู้ปกครองที่ใกล้ชิดคอยเสนอแนะ ให้ความคิดเห็น ปรับแต่งความคิด แนะนำและร่วมทำกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่างๆ ด้วยความรักและความเข้าใจ จะทำให้เยาวชนที่จะเป็นกำลังสำคัญของชาติรู้จักคิดอย่างมีวิจารณญาณ แก้ปัญหาได้ด้วยตนเอง รู้จักช่วยเหลือเกื้อกูลผู้อื่น คิดเชิงบวกเป็น และบริโภคอย่างมีปัญญา ซึ่งล้วนเป็นคุณลักษณะสำคัญที่พึงประสงค์ของเยาวชนไทย

บรรณานุกรม

- ดุษฐ์ โยเหลา และคณะ (2545). **ความเข้มแข็งของครอบครัว : ครอบครัวสุขภาพดี**. วารสาร พฤติกรรมศาสตร์ ปีที่ 8 ฉบับที่ 1 กันยายน
- ปรีชา วิหคโต . (2545) . **หน่วยที่ 3 พัฒนาการทางร่างกายและสติปัญญาของวัยรุ่น** .เอกสารการสอนชุดวิชา หน่วยที่ 1-8 พฤติกรรมวัยรุ่น สาขาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช. ปากเกร็ด นนทบุรี
- สุวัช พาณิชวงษ์ (2546). **การมีส่วนร่วมของผู้ปกครองนักเรียนในการส่งเสริมการเรียนรู้ของนักเรียนในเขตอำเภอเมืองสุพรรณบุรี จังหวัดสุพรรณบุรี** . ปรินิพนธ์มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
- อุมาพร ตรังคสมบัติ (2546). **สร้าง E.Q. ให้ลูกคุณ** . พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: ศูนย์วิจัยและพัฒนาครอบครัว
- Eqqen, Paul&Kauchak, Don.(1999) *Educational Psychology*. Fourth Edition. Columbus, Ohio:Merill, an imprint of Prentice Hall.
- Gottman,J.(1998). *Raising an Intelligence Child* . New York :Simm and Schuster.
- Ruth Weltmann Begun.(1996).*Social skills lessons & activities* .West Nyack, New York : The Center for Applied Research in Education
- Wright, B "Altruism in children and the Perceived Conduct of others," *journal of Abnormal and Social Psychology*, 37: 218-233,1942.