

# เลี้ยงลูกอย่างไร



## ไม่ให้กลายเป็นเด็กขี้อิจฉา

คุณพ่อคุณแม่เคยสงสัยไหมคะว่า ถ้าเรามีลูก ๒ คนหรือมากกว่านี้ เราควรทุ่มเทเวลาให้ลูกคนไหนกันแน่? ยิ่งโดยเฉพาะบ้านที่มีลูกคนโตและน้องคนเล็กอายุห่างกันมาก ๆ ด้วยแล้ว เรื่องนี้จะเป็นปัญหาสำคัญทีเดียว

คุณพ่อคุณแม่มักจะคิดว่า ควรจะทุ่มเทเวลาดูแลน้องหรือให้พี่ที่อายุมากกว่าเป็นคนดูแลน้องน่าจะเป็นคำตอบที่เหมาะสม แต่แท้จริงแล้ว คุณพ่อคุณแม่ต้องยอมรับว่า เด็กแต่ละช่วงอายุจะมีพัฒนาการด้านต่าง ๆ แตกต่างกันไป เช่น เด็กอายุ ๓ ขวบ จะเริ่มรู้สึกถึงความเป็นเจ้าของได้อย่างชัดเจน ส่วนเด็กอายุ ๔ ขวบจะเริ่มแสดงอารมณ์อิจฉาโดยไม่รู้ตัว เด็กอายุ ๕ ขวบ เริ่มพัฒนาความคิดเกี่ยวกับพวกฉันพวกเขา ซึ่งสิ่งเหล่านี้ล้วนแล้วแต่ส่งผลต่อความคิด อารมณ์ ความรู้สึก ความเข้าใจ แล้วจึงแสดงออกมาทางพฤติกรรมค่ะ ดังนั้น การที่จะสรุปไปว่า คำว่า พี่ต้องดูแลน้อง เป็นผู้เสียสละให้น้องตลอดเวลา หรือว่าเป็นคุณพ่อคุณแม่คนที่ ๒ ก็ไม่ใช่สิ่งที่ถูกต้องเท่าไรหรอก เพราะพี่อาจจะมีความสนใจในเรื่องอื่น ๆ ตามช่วงอายุวัยของเขา เพียงแต่พี่อาจจะช่วยดูแลน้องได้เป็นครั้งคราวตามความเหมาะสมของช่วงเวลาเท่านั้นค่ะ

สิ่งที่เป็นหัวใจของการดูแลลูกที่มีตั้งแต่ ๒ คนขึ้นไปคือ เรื่องของการสร้างความรักและความเอื้ออาทรในครอบครัว สิ่งเหล่านี้ไม่สามารถเกิดขึ้นได้เอง รวมถึงไม่สามารถเกิดขึ้นเพราะคำสั่งของคุณพ่อคุณแม่ แต่จะเกิดจากพฤติกรรมของคุณพ่อคุณแม่เองที่เป็นแบบอย่างที่ดีที่สามารถสอนทั้งพี่และน้องได้ว่า คำว่า รักสำหรับ พี่น้องคืออะไร และควรเป็นอย่างไร วิธีการหนึ่งที่สำคัญคือการให้พี่น้องได้ทำกิจกรรมด้วยกัน เพราะนอกจากจะช่วยทำให้ทั้งพี่และน้องรู้สึกถึงการถ้อยที่ถ้อยอาศัยแล้ว ยังช่วยให้พี่รู้สึกว่าตัวเองเป็นบุคคลสำคัญอีกด้วยค่ะ

เรื่องการรู้สึกว่าอยากให้ตัวเองเป็นบุคคลสำคัญนั้น เชื่อได้ว่าเกิดขึ้นได้ในทุกครอบครัว สำหรับครอบครัวลูกคนเดียวอาจจะไม่ค่อยมีปัญหาเท่าไร ด้วยเพราะทุกคนเห็นว่าลูกเป็นศูนย์รวมความรักอยู่แล้ว แต่สำหรับบ้านที่มีลูกหลายคน คำถามที่คุณพ่อคุณแม่มักได้ยินจากลูกคนโตคนหนึ่งเสมอคือ รักใครมากกว่ากัน ถึงแม้ว่า คุณพ่อคุณแม่จะแสดงความรักที่เท่าเทียมกัน อย่างไรก็ตามในสายตาของลูกแล้วมันก็ไม่เท่าเทียมกันอยู่ดี



ปัญหาอยู่ตรงที่ว่า แล้วเมื่อลูกคนหนึ่งพูดขึ้นมาว่า แม่บอกมาเลย ว่ารักใครมากกว่ากัน? การตอบแค่เท่ากันนั้น ก็จะเหมือนยิ่งตอกย้ำความรู้สึกของลูกคนที่ถามว่า แม่เขารักลูกอีกคนหนึ่งมากกว่า นักประสาทจิตวิทยาแห่งมหาวิทยาลัยอิลลินอยส์-เออบานาแชมเผยได้กล่าวไว้ว่า คำตอบของคำถามเหล่านี้คือ การแนะนำให้เปรียบเทียบกับแสงอาทิตย์ เช่น บอกว่า ลูกลองคิดว่า ถ้าลูกกับพี่ออกไปยืนกลางแดด ลูกคิดว่าใครจะได้รับแสงแดดมากกว่ากัน การยืนกลางแดดไม่ได้แปลว่า ลูกได้รับแสงแดดน้อยกว่าพี่ หรือพี่ได้รับแสงแดดมากกว่าลูกเลย ความรักของพ่อกับแม่ก็เหมือนกัน พ่อกับแม่มีความรักให้ลูกกับพี่เท่า ๆ กันนะครับ

# เลี้ยงลูกอย่างไร



## ไม่ให้กลายเป็นเด็กขี้อิจฉา

ศาสตราจารย์ด้านพฤติกรรมศาสตร์แห่งมหาวิทยาลัยเพนซิลเวเนียได้กล่าวไว้ว่า คำพูดไม่กี่คำของคุณพ่อคุณแม่โดยเฉพาะคำพูดประเภทที่ว่า **ลูกทำตัวแย่มาก แม่ไม่รักลูกแล้วนะ ลูกบ้านไหนเก่งจัง เก่งกว่าลูกอีก** สามารถสร้างปมด้อยในใจของลูกได้อย่างไม่มีวันลบเลือน ยิ่งโดยเฉพาะในครอบครัวที่มีลูกหลายคน การที่ลูกคนใดคนหนึ่งทำพฤติกรรมไม่เหมาะสม แล้วลูกคนอื่น ๆ กลับไปว่าทักมหรือล้อเลียน จะยิ่งทำให้ลูกคนที่ทำพฤติกรรมไม่เหมาะสมยิ่งเกิดอาการต่อต้าน บั่นทอนความเชื่อมั่นในตัวเอง รวมไปถึง การรู้สึกเก็บกดและแปลกแยกได้อีกด้วย

ดังนั้น คุณพ่อคุณแม่ควรที่จะถือโอกาสที่ลูกคนหนึ่งทำพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมนั้น สอนลูกคนอื่น ๆ ถึงเรื่องของความเห็นอกเห็นใจ ความเข้าใจ และการให้อภัยผู้อื่น เช่น เมื่อเห็นว่าน้องกำลังขำขำ ปาข้าวของ และเห็นว่าพี่กำลังจะเดินไปต่อว่า คุณแม่อาจบอกว่า น้องหนูกำลังโกรธ ซึ่งแม่ก็เข้าใจว่า น้องโกรธ น้องโกรธแล้วน้องปาของอย่างนี้ไม่น่ารักใช่ไหมคะ แต่คุณแม่จะไปคุยกับน้องว่าน้องโกรธเรื่องอะไร หนูอย่าโกรธน้องนะคะลูก หรือในกรณีที่ลูกคนโตได้รับข่าวร้ายจากที่โรงเรียน คุณแม่ก็ควรถือโอกาสนี้คุยกับน้องว่า พี่เค้ากำลังเศร้าเพราะว่าไปคัดตัวนักกีฬาไม่ผ่าน ถ้าหนูไปล้อพี่เรื่องนี้ เค้าก็ต้องยิ่งเสียใจมากขึ้นไปอีก แล้วเราจะช่วยให้พี่เค้ารู้สึกดีขึ้นได้อย่างไรคะ ซึ่งการร่วมมือกันของคนในครอบครัว จะช่วยให้ลูกคนที่กำลังประสบปัญหาก้าวข้ามผ่านความรู้สึกดีไปได้อย่างเข้าใจ

เนื่องในวันเด็กปีนี้ ทางทีมงานหอมรามาฯ ไชยปัญหาสุขภาพก็ขอให้น้อง ๆ เป็นเด็กที่มีสุขภาพกายและสุขภาพใจที่ดี เพื่อที่จะเป็นผู้ใหญ่ที่ดีมีคุณภาพในอนาคต ดังคำขวัญวันเด็กปีนี้ที่ว่า **กตัญญู รู้หน้าที่ เป็นเด็กดี มีวินัย สร้างไทยให้มั่นคง**

