

MONTESSORI  
REGGIO EMILIA  
OXFORD

บทที่  
1



เด็ก  
เปลี่ยนแปลง  
เพราะคำพูด  
ของผู้ใหญ่

# 01 คำชมเชยขโมย ความเป็นตัวของตัวเองหรือไม่

การ “ตบรางวัล” กับการ “ทำโทษ” ก็เหมือนน้ำผึ้งกับยาพิษ แม้พ่อแม่ไม่เจตนา แต่ก็ยังใช้ทั้งน้ำผึ้งและยาพิษเพื่อควบคุมพฤติกรรมของลูกให้เป็นไปตามใจคิด

สิ่งนี้เรียกว่า “การปฏิสัมพันธ์โดยมีเงื่อนไข” [\*1]<sup>1</sup> หรือเรียกอีกอย่างว่า “การเสริมแรงทางบวก (positive reinforcement)” มักใช้ฝึกสัตว์เพื่อเพิ่มความถี่ของพฤติกรรมที่พึงประสงค์

สิ่งที่ตรงกันข้ามกับ “การปฏิสัมพันธ์โดยมีเงื่อนไข” คือ “การปฏิสัมพันธ์โดยไร้เงื่อนไข” เรามาดูรายละเอียดความแตกต่างของปฏิสัมพันธ์ทั้ง 2 แบบกัน

## ปฏิสัมพันธ์ในการเลี้ยงดู 2 แบบ

① การปฏิสัมพันธ์โดยมีเงื่อนไข (เลี้ยงดูอย่างมีข้อบังคับ)  
มอบความรักโดยปรับเปลี่ยนให้เหมาะสมด้วยวิธีให้รางวัลหรือทำโทษเพื่อส่งเสริมหรือลดพฤติกรรมของเด็ก

<sup>1</sup> ตัวเลขในเครื่องหมายวงเล็บ [ ] ระบุหนังสือที่ใช้อ้างอิง (ดูหน้า 180-183)

## ② การปฏิสัมพันธ์โดยไร้เงื่อนไข (เลี้ยงดูอย่างไรข้อบังคับ)

ปรับตนเองเข้าหาความรู้สึกของเด็กและมอบความรักแก่เขา โดยไม่เกี่ยวกับการส่งเสริมหรือลดพฤติกรรม

กรณีที่ใช้การปฏิสัมพันธ์โดยไร้เงื่อนไข (เลี้ยงดูอย่างไรข้อบังคับ) ผู้ใหญ่จะมอบความรักแก่เด็กโดยไม่ได้อิงเรื่องพฤติกรรมของเขา แต่จะคำนึงเรื่องความรู้สึกแล้วค้นหาเหตุผลของพฤติกรรมนั้นแทนการบังคับควบคุม

เมื่อเปรียบเทียบกับกรปฏิสัมพันธ์โดยมีเงื่อนไข (เลี้ยงดูอย่างไรข้อบังคับ) เด็กมักได้รับรางวัลเมื่อแสดงพฤติกรรมตามที่ผู้ใหญ่ต้องการเท่านั้น ในทางกลับกัน หากเด็กแสดงพฤติกรรมที่ไม่เป็นไปตามที่ผู้ใหญ่คาดหวัง ก็จะไม่ได้รับความรัก

หลายท่านคงคิดว่า "เป็นไปได้ พ่อแม่รักลูก ถึงได้ตำหนิหรือชมเชยเพื่อตัวลูกเอง"

เรื่องนั้นก็ถูก แต่เด็กเล็กอ่อนไหวต่อความรักที่เปลี่ยนไปของพ่อแม่ หากพ่อแม่ใช้รางวัลเป็นเหยื่อล่อบอยเข้า ลูกจะรู้สึกว่าตนได้รับความรักก็ต่อเมื่อได้คำชม เมื่อไม่ได้รับคำชมก็เหมือนไม่ได้รับความรักไปด้วย สิ่งสำคัญจึงไม่ใช่การอธิบายให้ลูกเข้าใจว่า "พ่อแม่รักจึงพูดกับลูกแบบนี้" แต่เป็นการรับรู้และเข้าใจความรู้สึกของลูก

ลูกต้องการความรักจากพ่อแม่อยู่เสมอ จึงแสดงพฤติกรรมที่จะได้รับคำชมเพื่อให้ได้ความรักมา เขาจะพยายามสังเกตอารมณ์ของพ่อแม่ก่อนทำพฤติกรรมต่าง ๆ

## เด็ก ๆ ที่ถูกยึดความรักคืน

ถูกยึดความรักคืนหมายความว่าอย่างไร

ตัวอย่างเช่น คุณสัญญากับลูกคนโตว่าจะอ่านนิทานให้ฟังทุกคืน แต่ก่อนนอนลูกกลับบอแงว่า "ไม่อยากเปลี่ยนเสื้อผ้า!" พร้อมกันนั้นคุณก็กำลังเลี้ยงลูกวัยทารกอีกคนหนึ่ง ทำให้รู้สึกหงุดหงิดที่ลูกคนโตไม่เชื่อฟัง

คุณทำโทษลูกคนโตโดยตัดสิทธิ์การฟังนิทานเพราะเขาไม่เชื่อฟัง แล้วยกเลิกช่วงเวลาอ่านนิทานเสีย

**ในสายตาของเด็ก การถูกพรากเวลาที่ใช้ร่วมกับพ่อแม่เท่ากับถูกยึดความรักไป** เมื่อใช้การปฏิสัมพันธ์โดยมีเงื่อนไข ด้วยวิธีนำความรักมาเป็นเหยื่อล่อบ่อย ๆ ลูกจะคิดว่า "ถ้าไม่ตามใจพ่อแม่ ตนก็จะไม่ได้รับความรัก"

ในทางกลับกัน การปฏิสัมพันธ์โดยไร้เงื่อนไขยังคงให้ลูกฟังนิทานเช่นเคยแม้ว่าเขาจะบอแง โดยช่วงหลังหรือก่อนอ่านนิทานคุณอาจพูดคุยถึงเรื่องที่เพิ่งเกิดขึ้นหรือเล่าความรู้สึกรู้สึกที่มีต่อพฤติกรรมของลูกด้วย "ข้อความจากฉัน" ดังรายละเอียดในหน้า 97

นั่นหมายความว่า การใช้เวลาร่วมกับพ่อแม่ยังคงมีอยู่ เป็น การแสดงออกว่า **ไม่มีการใช้ความรักเป็นเหยื่อล่อ** แม้ลูกไม่ทำ ตามใจ พ่อแม่ก็ยิ่งรัก

## ■ **เคารพเด็กในฐานะ “คนคนหนึ่ง” หรือไม**

ข้อแตกต่างที่เห็นได้ชัดอย่างหนึ่งของการปฏิสัมพันธ์โดย มีเงื่อนไขและไร้เงื่อนไขคือ **เราให้ความสำคัญแก่เด็กในทุกด้าน หรือไม**

การปฏิสัมพันธ์โดยไร้เงื่อนไขจะคำนึงถึงวิถีคิดและเหตุผล **ของเด็กก่อน** จากนั้นจึงคิดหาวิธีแก้ไขที่ดีที่สุดร่วมกัน แน่ใจว่า ผู้ใหญ่ต้องทำหน้าที่เป็นผู้นำให้เด็ก แต่ก่อนใช้ชีวิตนี้เราจำเป็นต้อง เชื่อใจและเคารพเด็กว่าเขาทำอะไรหลาย ๆ อย่างได้ในฐานะคนคนหนึ่ง **ส่วนการปฏิสัมพันธ์โดยมีเงื่อนไขกลับพิจารณาจาก พฤติกรรมเพียงอย่างเดียว** จึงไม่คำนึงว่าเด็กแสดงพฤติกรรมอย่าง นั้นเพราะเหตุใด และตัดสินพฤติกรรมนั้นว่าไม่ดีโดยผิวเผิน หาก ไม่ตรงตามที่ผู้ใหญ่คาดหวังก็จะถูกทำโทษ

เหตุผลที่พ่อแม่ใช้ชีวิตดังกล่าวเป็นเพราะมีมุมมองต่อความคิด ของเด็กในเชิงต่อต้าน เช่น "ลูกยังไม่รู้เรื่อง ต้องให้พ่อแม่ตัดสินใจ" หรือ "ยังเชื่อถือลูกไม่ได้"

## ■ ความรักที่มอบให้ลูกคือ “ของขวัญที่ไม่หวังสิ่งตอบแทน”

ข้อแตกต่างที่สำคัญอีกอย่างคือ ผู้ใหญ่มองว่าความรักของพ่อแม่คืออะไร

ความรักของพ่อแม่คือ “ของขวัญที่ไม่หวังสิ่งตอบแทน” สำหรับการปฏิสัมพันธ์โดยไร้เงื่อนไข แต่การปฏิสัมพันธ์โดยมีเงื่อนไขนั้นถือว่าความรักของพ่อแม่คือ “สิ่งที่ลูกต้องแลกมาด้วยการทำดี” ฉะนั้น ถ้าลูกเป็นเด็กดี พ่อแม่ก็จะรัก ถ้าลูกเป็นเด็กไม่ดี พ่อแม่ก็จะทำโทษโดยไม่ให้ความรัก [\*2]

“ถ้าเรายึดติดกับพฤติกรรมเปลือกนอก จะทำให้เรามองตัวตนของเด็กและผลोटตัดสินเขาจากการชมเชยหรือทำโทษ แต่ถ้าเรามองให้มากกว่าพฤติกรรมของเด็ก จะเห็นว่ามนุษย์ตัวน้อยๆ คนหนึ่งต้องการความช่วยเหลือจากเรา”  
รีเบกกา อินส์ [\*3]

# 02

## ข้อเสียที่น่ากังวลของ “การเลี้ยงดูโดยมีเงื่อนไข”

การเลี้ยงดูโดยมีเงื่อนไขมีข้อเสีย 4 ข้อ ดังนี้

- 1 | มีผลในการสั่งสอนแค่ระยะสั้นๆ
- 2 | นับถือตัวเองอย่างมีเงื่อนไข
- 3 | ทำให้ความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่ลูกแย่งลง
- 4 | สืบทอดจากรุ่นสู่รุ่นได้

### ① มีผลในการสั่งสอนแค่ระยะสั้น ๆ

ถ้าเลี้ยงดูโดยมีเงื่อนไข ลูกจะเชื่อฟังพ่อแม่เป็นอย่างดีแค่ในระยะสั้นๆ [\*1]

เด็ก ๆ ควบคุมพฤติกรรมของตัวเองเพราะพวกเขามีความกลัวและความกดดันว่าถ้าไม่ทำตามใจพ่อแม่ ตนก็จะไม่ได้รับความรัก หรือคิดว่าถ้าทำตามที่พ่อแม่ต้องการแล้วก็จะได้รับการยอมรับ

แต่วิธีนี้ทำให้ลูกประพฤติตัวดีตามเงื่อนไขของพ่อแม่แค่ระยะหนึ่งเท่านั้น เพราะเขาไม่ได้อยากทำความดีเพื่อใครสักคนจากใจจริง และอาจกลายเป็นคนที่ทำอะไรตามอำเภอใจได้

## ② นับถือตัวเองอย่างมีเงื่อนไข

แม้การเลี้ยงดูโดยมีเงื่อนไขจะได้ผลภายในเวลาสั้น ๆ แต่สิ่งที่ต้องสูญเสียไปนั้นใหญ่หลวงมาก เด็กที่เติบโตมาโดยไม่ได้รับความรักอย่างไร้เงื่อนไขมักประเมินคุณค่าของตัวเองโดยอาศัยการรับรู้จากปัจจัยภายนอก (เช่น คำชมจากคนรอบข้าง รางวัลที่เป็นวัตถุ) หลายคนมีความนับถือตัวเองอย่างมีเงื่อนไข [\*4]

ตัวอย่างเช่น คิดว่าตัวเองมีความสามารถก็ต่อเมื่อเจ้านายหรือเพื่อนร่วมงานชมว่า "ทำงานได้ดีมาก" เท่านั้น หรือมักขาดความมั่นใจหากคนรอบข้างไม่ชมว่า "เยี่ยมมาก"

## ③ ทำให้ความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่ลูกแยลง

เด็กที่ถูกเลี้ยงดูมาโดยมีเงื่อนไขมักรู้สึกว่าคุณพ่อแม่ปฏิเสธส่งผลให้เขารู้สึกสับสนและทำให้ความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่ลูกแยลงได้ [\*1]

แม้พ่อแม่อยากดูแลและให้ความสำคัญแก่ลูกอย่างไร้เงื่อนไข แต่หลายคนกลับพบว่าลูกไม่ได้รับรู้เช่นนั้น

สิ่งสำคัญจึงไม่ใช่การที่พ่อแม่หรือผู้ใหญ่พึงพอใจว่า "ตัวเองได้มอบความรักแก่เด็กอย่างไร้เงื่อนไข" แล้ว แต่เป็นการให้ความสนใจว่าเด็กรับรู้ความรักของผู้ใหญ่อย่างไรต่างหาก



หากในอนาคตมีคนถามลูกของคุณว่า "เวลาที่ความคิดเห็นไม่ตรงกันหรือขัดแย้งกับพ่อแม่ หนูรู้สึกว่าคุณแม่รักหนูไหม" คุณอยากให้ลูกตอบว่าอย่างไรหรือคะ

#### ④ สืบทอดจากรุ่นสู่รุ่นได้

จากการศึกษาพบว่ามีความเป็นไปได้สูงที่การเลี้ยงดูโดยมีเงื่อนไขจะถ่ายทอดจากรุ่นสู่รุ่น [\*1]

เมื่อเด็กที่ถูกเลี้ยงดูอย่างมีเงื่อนไขเติบโตไปเป็นพ่อแม่ แม้ตัวเองรู้ว่าสิ่งที่เคยได้รับส่งผลในทางลบ แต่หลายคนก็ยังใช้วิธีเดียวกันนั้นกับลูก

พ่อแม่ที่ได้รับการปลูกฝังด้วยวิธีเลี้ยงดูดังกล่าวมักใช้ความรักเป็นเครื่องมือควบคุมผู้อื่นโดยไม่รู้ตัวและถอนตัวจากการกระทำเช่นนั้นได้ยาก

# 03

## เงื่อนไข 5 ข้อสำหรับ “การเลี้ยงดูโดยไร้เงื่อนไข”

เราจะเปลี่ยนจากการเลี้ยงดูโดยมีเงื่อนไขไปเป็นการเลี้ยงดูโดยไร้เงื่อนไขได้อย่างไร

เรื่องสำคัญข้อหนึ่งคือ การเลี้ยงดูโดยไร้เงื่อนไขไม่ใช่การปล่อยให้เด็กทำตามอำเภอใจ และไม่ใช้การฟังเด็กทุกเรื่องโดยปราศจากเงื่อนไข

สิ่งสำคัญคือให้พ่อแม่หันหน้าเข้าหากัน คิดว่าการเลี้ยงดูนี้ทำเพื่อใคร รับรู้ความรู้สึกของลูกแล้วอยู่เคียงข้างในฐานะผู้นำที่เชื่อมั่นในตัวเขา

การปฏิสัมพันธ์โดยไร้เงื่อนไขมีหลักปฏิบัติอยู่ 5 ข้อ ดังที่กล่าวไว้ก่อนหน้านี้ว่าข้อที่ 1 คือ "ระมัดระวังวิธีชมเชยหรือตำหนิ" อันเป็นหัวใจสำคัญ

ส่วนข้อที่ 2-5 คือ สิ่งที่พ่อแม่ควรคำนึงในการชมเชยหรือตำหนิให้เหมาะสม วิธีชมเชยหรือตำหนิที่เปลี่ยนไปขึ้นอยู่กับว่าคุณมีทักษะต่อลูกอย่างไร และการคำนึงถึงระดับพัฒนาการของลูกว่าเขาต้องการอะไร

## ■ หลักการ 5 ข้อของการปฏิสัมพันธ์โดยไร้เงื่อนไข

- 1 | ระมัดระวังวิธีชมเชยหรือตำหนิ
- 2 | ทบทวนมุมมองความคิดที่ตนเองมีต่อเด็ก
- 3 | เป็นผู้นำที่ดีให้เด็ก
- 4 | ทบทวนสิ่งที่ต้องการจากเด็ก
- 5 | มีเป้าหมายระยะยาวในการเลี้ยงดู