

แม่เดี่ยว^๑: กับการพัฒนาลูกยุค ๔.๐

รศ. ดร.ดวงเดือน ศาสตร์ภัทร^๒

“เมื่อถึงจุดผันผวนของชีวิตที่ผู้หญิงคนหนึ่งต้องเสียคู่ชีวิตของตนไปไม่ว่าจะด้วยกรณีใดก็ตาม ดังนั้นคือ เธอและลูกจะตกอยู่ในสภาพที่เรียกว่า “แม่เลี้ยงเดี่ยวหรือในที่นี้จะขอเรียกว่า แม่เดี่ยว” ในรายงานต่อไปนี้จะนำเสนอแต่เฉพาะแม่เดี่ยวกับการพัฒนาลูกยุค ๔.๐ ไม่ได้นำเสนอพ่อเลี้ยงเดี่ยวกับการพัฒนาลูกยุค ๔.๐ ซึ่งในสังคมจะพบทั้ง ๒ ฝ่าย แต่อย่างไรก็ตามในทัศนะของผู้เขียนเห็นว่า ถ้าแม่เดี่ยวมีความมุ่งมั่นที่ดีแล้วจะสามารถเลี้ยงดูลูกให้มีคุณภาพได้ดีไม่ต่างไปจากครอบครัวที่มีพร้อมทั้งพ่อและแม่ และหรือจะดีกว่าครอบครัวที่พ่อกินเหล้า แม่เล่นไพ่ หรือทะเลาะกันเป็นประจำ ซึ่งเด็กจะมีปัญหาไม่รู้จะพึ่งพาใคร กลายเป็นเด็กว่าเหว ขาดความรัก และความมั่นคง

แม่เดี่ยวหรือซิงเกิลมัม (Single Mom) หมายถึง แม่ที่รับผิดชอบในการปกป้องและเลี้ยงดูลูกเพียงคนเดียวอันเนื่องมาจากสามีเสียชีวิต หรือหย่าร้าง และไม่แต่งงานใหม่ ยังคงทำงานหาเงินเพื่อเลี้ยงดูลูกต่อไปคนเดียว

การสูญเสียบุคคลที่รักไม่ว่าจะเป็นการสูญเสียแบบใด ก็คงต้องกระทบต่อจิตใจเป็นอย่างยิ่ง แต่การสูญเสียจากการตายจาก น่าจะมีผลกระทบต่อจิตใจน้อยกว่าการสูญเสียจากการหย่าร้างหรือจากเป็น เพราะนั่นหมายความว่าความรักได้สูญหายไป และที่ตามมาคืออารมณ์ ซึ่งอารมณ์เป็นสิ่งต้องระวังอย่างมากที่จะไม่ให้มาทำลายลูก ก่อนที่จะกล่าวถึงการพัฒนาลูกยุค ๔.๐ จะขอ นำปัญหาที่เกิดตามมาหลังการหย่าร้างที่แม่เดี่ยวประสบ

ปัญหาแรก คือ เรื่องการเงิน การที่แม่เดี่ยวต้องทำงานคนเดียว รายได้จะน้อยลง สอดคล้องกับงานวิจัยของ กมลชนก ขำสุวรรณ และบุรเทพ โชคนานานุกูล (๒๕๕๕) ที่พบว่าแม่เลี้ยงเดี่ยวมีผลกระทบในด้านฐานะเศรษฐกิจ ต้องเผชิญกับความยากจน ไม่มีเงินทุนของตัวเอง ขาดปัจจัยต่าง ๆ ส่งผลต่อคุณภาพชีวิต ด้วยเหตุนี้จึงต้องวางรากฐานการบริหารการเงินให้ประหยัดมากที่สุด เพราะนอกจากจะต้องจัดสรรค่าใช้จ่าย ค่าเรียน ค่ากินอยู่ของลูกแล้ว ยังต้องจัดเก็บออมเงินเพื่อเป็นค่าใช้จ่ายการศึกษาในอนาคตของลูก นอกจากค่าใช้จ่ายส่วนตัวของแม่ ยังต้องเจียดเป็นรายจ่ายประจำในบ้านอีกด้วย ซึ่งสร้างความบีบคั้นให้แม่ต้องทำงานหนักเป็นอย่างมาก มีความตึงเครียด และเหนื่อยยากลำบาก ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของศิริรัตน์ แอดสกุล (๒๕๕๕) ที่ศึกษาสถานการณ์ครอบครัวไทย : กรณีศึกษา ครอบครัวพ่อแม่เลี้ยงเดี่ยวในเขตพื้นที่กรุงเทพมหานคร จากความเครียดที่เกิดจากการหย่าร้างประกอบกับความเครียดจากการหารายได้ให้พอใช้ ยังผลให้แม่เดี่ยวต้องระวังอารมณ์ของตนเองในขณะที่สื่อสารกับลูก เพราะแน่นอนที่ลูกเองก็ได้รับการกระทบทางด้านจิตใจเมื่อพ่อและแม่หย่าร้างกัน และถ้ามาได้รับอารมณ์ของแม่ต่อย้ำทำให้เกิดแผลเกาใจเด็ก ดังนั้นปัญหาที่น่ากลัวตามมาคือ ปัญหาด้านบุคลิกภาพของแม่เดี่ยว แม่ที่เป็นคนใจเย็นมีความสุขลุ่มลึก น่าจะ

^๑ แม่เดี่ยว ใช้ในความหมายเช่นเดียวกับแม่เลี้ยงเดี่ยว

^๒ กรรมการในคณะกรรมการศึกษาและพัฒนาความรู้ทางจิตวิทยาและสังคม

บรรยายในการประชุมคณะกรรมการศึกษาและพัฒนาความรู้ทางจิตวิทยาและสังคม ในวันพุธที่ ๒๗ มีนาคม ๒๕๖๒ ณ ห้องประชุมศูนย์ให้บริการปรึกษา ชั้น ๕ สำนักงานราชบัณฑิตยสภา

ผ่านคลายบรรยากาศแห่งความเครียดลงได้ แต่แม่ที่ใจร้อน มีอารมณ์หงุดหงิด โกรธแค้นไม่ให้อภัย กรณีเช่นนี้ น่าจะทำให้บรรยากาศเต็มไปด้วยความเครียดเพิ่มมากขึ้น トラบเท่าที่แม่ไม่สามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ และเอาอารมณ์มาใส่กับลูก ก็จะไม่ทำให้มีอะไรดีขึ้นเลย

ปัญหาต่อมาคือความมั่นคงทางอารมณ์ของแม่เดียวในการดูแลลูกตามลำพังได้มากน้อยเพียงใด ถ้าแม่ไม่ดูแลตัวเอง ไม่ปล่อยให้ตัวเองซึมเศร้าหรือหมดหวังกับชีวิตที่ต้องแยกหากัน แม่เช่นนี้จะสามารถดูแลลูกตามลำพังได้ ดังนั้นแม่ควรมีความมั่นคงทางอารมณ์ ยอมรับสถานการณ์ของชีวิต มองไปข้างหน้าระหว่างตนเองกับลูกว่าต้องวางแผนชีวิตอย่างไร ปรับบทบาทของตัวเองให้เป็นทั้งพ่อและแม่ ก็น่าจะทำให้ เด็กมีความสุขและเติบโตตามปกติเหมือนครอบครัวที่มีทั้งพ่อและแม่

สำหรับแม่เดียวที่มีลูกเป็นชายช่วงอายุ ๓-๖ ปีซึ่งเป็นช่วงที่เด็กเลียนแบบบุคลิกภาพจากพ่อหรือแม่ แต่การที่เด็กไม่มีพ่อให้เป็นตัวแบบ แม่ควรวินิจฉัยที่เป็นชายเช่น ลุง น้ำ เพื่อให้มาเป็นตัวแบบบุคลิกภาพของความเป็นชาย ซึ่งหากอยู่ในครอบครัวเดียวกันได้ก็จะเป็นผลดีต่อเด็ก แต่ถ้าไม่มีแม่จะต้องคอยแนะนำลูกชายให้ทราบถึงความเหมาะสมในการวางตัวเป็นชายเพราะมิฉะนั้นลูกชายอาจเลียนแบบบุคลิกภาพของแม่ซึ่งอาจเกิดปัญหาของการใส่เพศเดียวกันกับแม่ เกิดการเบี่ยงเบนทางเพศได้

แม่ชีวิตของแม่เดียวจะอยู่ในช่วงเวลาที่ยากลำบาก แม่เดียวจะต้องฟันฝ่าอุปสรรคปัญหาต่าง ๆ เหล่านี้ไปให้ได้ สามารถฟันฝ่าได้อย่างรวดเร็ว เพื่อเป็นแบบอย่างให้ลูก อย่าลืมว่าลูกคือสิ่งที่มีค่ามากที่สุด จะทำอย่างไรจึงจะทำให้ลูกกลับมาใช้ชีวิตที่สดใส ร่าเริงเหมือนแต่ก่อนได้ เวลาจะเป็นยารักษาจิตใจได้เป็นอย่างดี เมื่อเวลาผ่านไปความเครียด ความทุกข์ ความเจ็บแค้นต่าง ๆ ก็จะค่อย ๆ เบาบางลง สิ่งดี ๆ ก็จะเข้ามาแทนที่ แม่เดียวควรต้องปรับตัวให้มีการดำเนินชีวิตเป็นปกติเร็วที่สุด ไม่จมอยู่กับความเศร้า และความเจ็บแค้นนาน ควรมองโลกทางบวก ลูกขึ้นมาสู้กับชีวิตและให้กำลังใจลูก ให้ความรัก ความเอาใจใส่ทั้งทางกายและจิตใจ หรือใช้คำพูดที่ฟังแล้วชื่นใจ เช่น “ลูกน่ารักมาก แม่เสียตายแทนพ่อที่เขาไม่มีโอกาสมาเห็นหนูในขณะนี้เหมือนที่แม่ได้เห็น หรือแม่ภูมิใจในความเป็นผู้นำของลูกมาก เสียตายที่ลักษณะนี้พ่อเขาไม่ได้มาเห็น เป็นต้น” สิ่งเหล่านี้ก็น่าจะทำให้บรรยากาศอบอุ่นไปด้วยความสุข แต่อย่างไรก็ตาม ควรระวังในเรื่องการตามใจลูก ไม่ควรให้ทุกสิ่งทุกอย่างตามที่ต้องการเพราะจะทำให้ลูกจะเสียคนในที่สุด ควรเลี้ยงดูด้วยเหตุและผล ชี้แจงให้ลูกเข้าใจว่าทำไมแม่ถึงไม่ให้หรือให้ตามที่ลูกได้ขอ

จากงานวิจัยของ ญัฐชลิยา ถาวร (๒๕๕๘) ที่ศึกษากระบวนการเสริมพลังของแม่เลี้ยงเดี่ยวสู่การเป็นจิตอาสา ได้ชี้ให้เห็นว่า หลังแต่งงานชีวิตคู่ของแม่เลี้ยงเดี่ยวไม่ราบรื่นทั้งนี้เป็นเพราะพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของสามี (ผู้วิจัยไม่ได้บอกว่าพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมนั้นมีจำนวนเท่าไร) สร้างปัญหาให้ครอบครัวจนนำไปสู่การหย่าร้าง แต่ก่อนที่จะมีการเสริมพลังให้แม่เดียว พวกเขาต้องแบกรับภาระต่าง ๆ หลังการหย่าร้าง ทำให้เกิดความเครียดอันส่งผลกระทบต่อการใช้ชีวิตประจำวัน มูลนิธิเครือข่ายครอบครัวกรุงเทพมหานคร และมูลนิธิเพื่อสุขภาพชุมชน จังหวัดสุรินทร์ ได้จัดกระบวนการเสริมพลังแก่แม่เดียวโดยเน้นให้แม่เดียวเกิดความรู้ ความเข้มแข็ง ความภาคภูมิใจในตน รู้จักตนเอง รู้จักการจัดการอารมณ์ของตนเอง เรียนรู้พัฒนาการของลูก ศึกษาเกี่ยวกับอาชีพและข้อกฎหมาย ได้เรียนรู้ประสบการณ์ชีวิตของบุคคลอื่นจากการจัดกระบวนการกลุ่มทำให้แม่เดียวมีความเห็นอกเห็นใจซึ่งกันและกัน นำประสบการณ์ที่มีค่าไปประยุกต์กับตนเอง และเมื่อสัมฤทธิ์ผล แม่เดียวเหล่านี้ได้ขอเป็นอาสาสมัครเข้าร่วมกระบวนการเสริมพลังเป็นประโยชน์ในการช่วยเหลือแม่เดียวรายอื่น ๆ และการเป็นจิตอาสาทำให้แม่เดียวเกิดความภาคภูมิใจ เห็นคุณค่าในตน และจากการช่วยเหลือผู้อื่นด้วย

จิตเมตตา ไม่หวังผลตอบแทน และจากการยอมรับศักยภาพของสังคมทำให้แม่เดี่ยวสามารถดำเนินชีวิตต่อไปได้อย่างเข้มแข็งและมีความภูมิใจในตนเอง

สำหรับ แม่เดี่ยว : กับการพัฒนาลูกยุค ๔.๐ จะมีวิธีการพัฒนาอย่างไร จากงานวิจัยของณัฐชิสยาถาวร ทำให้ทราบว่ากระบวนการเสริมพลังอำนาจเป็นวิธีการที่มีศักยภาพ สมควรที่จะนำมาพัฒนาให้กับลูกยุค ๔.๐ โดยมีหลักการเสริมพลังอำนาจดังนี้

บทบาทของลูก (ข้อ ๑-๔)

๑. ในกรณีเกิดการหย่าร้าง ให้ลูกยอมรับสภาพว่าพ่อแม่หย่าร้างและแยกทางกันเดินแล้ว อย่ามัวแต่จะหาวิธีทางให้พ่อแม่และแม่กลับมาคืนดีกัน ควรมองเรื่องการหย่าร้างเป็นเรื่องปกติของสังคม ไม่ยึดติด และพยายามให้ชีวิตของตนผ่านพ้นไปได้

๒. ลูกควรให้ความสำคัญกับตนเองให้มาก และคิดว่าจะทำอย่างไรที่ทำให้ตนเองมีคุณค่า เช่นการดูแลการปลอบใจแม่ การช่วยแม่ดูแลงานบ้าน เป็นต้น การทำเช่นนี้เด็กควรบอกตัวเองว่า เราเป็นคนเก่ง เป็นคนดี ทำประโยชน์และช่วยผ่อนภาระให้กับแม่ เกิดความภาคภูมิใจในตนเอง เกิดเป็นพลังอำนาจขึ้นชมในตน

๓. ในกรณีที่ลูกโตพอที่จะวางแผนการดำเนินชีวิต ให้ลูกรับรู้บทบาทของตนเองที่เติบโตอยู่ในสังคมยุค ๔.๐ โดยการหารายได้พิเศษ ใช้จ่ายอย่างประหยัด รู้ค่าของเงิน วางแผนการศึกษาเพื่อให้ตนเองมีอนาคตที่ดี และตั้งเป้าหมายของชีวิตที่จะดำเนินการต่อไป

๔. จัดการกับปัญหาความเสี่ยงในการดำเนินชีวิตประจำวัน ให้กลายเป็นแรงผลักดัน และหล่อหลอมบุคลิกภาพให้มีลักษณะเป็นผู้นำ เป็นเด็กที่สามารถคิด ตัดสินใจด้วยตนเอง เรียนรู้การใช้ชีวิต กลายเป็นเด็กเข้มแข็ง มีความเชื่อมั่นในตนเอง เรียนรู้ที่จะดำรงชีวิตยืนอยู่ด้วยขาของตนเอง

บทบาทของแม่เดี่ยว (ข้อ ๕-๗ การพัฒนาลูกโดยทั่วไป)

๕. ลูกแม่เดี่ยวที่มีอายุประมาณ ๑ ปีขึ้นไปไม่ว่าแม่จะเครียดต่อเหตุการณ์การหย่าร้างช่วงแรก ๆ ก็ตาม แต่แม่ต้องใส่ใจอย่างมากต่อการพูดคุยหรือการมีปฏิสัมพันธ์กับลูกไม่ว่าลูกจะพูดได้หรือไม่ได้ เพราะการมีปฏิสัมพันธ์กับลูกจะทำให้ทารกพัฒนาการทางภาษาเร็วขึ้นกว่าปล่อยให้ไปไปตามธรรมชาติ ทั้งนี้เนื่องจากการมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมก็คือการพูดคุยของแม่นั่นเอง และตั้งแต่ ๒ ปีเป็นต้นไปภาษาของเด็กจะพัฒนาไปอย่างรวดเร็วมาก (Julie Vickers) และจากผลวิจัยของอามรินท์เบบี้แอนด์คิดส์ (Amarin Baby & Kids) พบว่า แม่ยุค ๔.๐ ให้ความสนใจกับภาษามากที่สุด คือร้อยละ ๘๕ ที่ต้องการให้ลูกสามารถพูดได้ตั้งแต่ ๒ ภาษาขึ้นไป

ระยะอายุ ๒ ปีขึ้นไป มีความสำคัญต่อพัฒนาการหลายเรื่องโดยเฉพาะในเรื่องของสติปัญญา ควรมีการพัฒนาส่งเสริมในเรื่องของสติปัญญา เพราะระยะนี้เป็นระยะที่สมองมีการพัฒนาอย่างรวดเร็ว ถ้าได้รับการกระตุ้นจะทำให้สมองพัฒนาเพิ่มมากขึ้นกว่าเด็กที่ไม่ได้รับการกระตุ้น นอกจากนั้นควรส่งเสริมทักษะสมองหรืออีเอฟ (Executive Functions-EF) ซึ่งเป็นการพัฒนาสมองส่วนหน้า อันเป็นพื้นฐานสำคัญในการพัฒนาคนไปตลอดชีวิตที่ต้องส่งเสริมตั้งแต่เด็กยังเล็ก เพื่อให้รู้จักคิดวิเคราะห์ ไตร่ตรอง อดทนอดกลั้น รอคอย คิดเป็น รู้จักการบริหารจัดการชีวิต รู้การแก้ปัญหา ซึ่งจะนำไปสู่ความสำเร็จในอนาคต และประเด็นสำคัญระยะ ๒ ปี เป็นการเริ่มการพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ ซึ่งเป็นสิ่งที่คนไทยขาด เนื่องจากระยะนี้เด็กจะมีจินตนาการ เช่น เด็กบอกแม่ว่าหนูเห็นเทวดาบินได้ ซึ่งถ้าแม่เดี่ยวที่ไม่เข้าใจในพัฒนาการเด็ก และประกอบกับกำลังโกรธพ่อเด็กที่หย่าร้างไป ก็จะดุเด็กว่า “โกหกเหมือนพ่อเลย” ถ้าเป็นเช่นนี้ความคิดสร้างสรรค์ของเด็กคนนี้ก็คงยุติ

๖. นอกจากการพัฒนาสติปัญญาแล้วในเรื่องอารมณ์ จิตใจและสังคมของเด็ก ควรได้รับการพัฒนาด้วย อารมณ์ของแม่เดี่ยวที่ควบคุมตนเองไม่ได้จะมีผลต่อเด็กจากการเลียนแบบ ทำให้เด็กมีอารมณ์ก้าวร้าว หงุดหงิด ซึ่งส่งผลกระทบต่อบรรยากาศภายในบ้าน กีดกันทางด้านจิตใจเด็ก นอกจากนั้นการที่เด็กไม่ได้ออกไปเห็นบุคคลต่าง ๆ ที่ไม่คุ้นเคยก่อนอายุ ๖ เดือน เด็กเหล่านี้จะพัฒนากลายเป็นกลัวคนแปลกหน้า ซึ่งส่งผลกระทบต่อทักษะทางด้านสังคมของเด็กเมื่อโตขึ้น เด็กเหล่านี้จะมีปัญหาในการสร้างความสัมพันธ์หรือการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นทางสังคม

๗. การตัดสินใจในการเลือกอาชีพในอนาคตของเด็ก แม่เดี่ยวไม่ควรไปตัดสินใจให้ลูก ควรให้เขาตัดสินใจเลือกอาชีพเอง ทั้งนี้อาจมีการคุยกันกับลูกก่อนเพื่อดูแนวทาง เหตุผล และความชอบ ความถนัดในการเลือกเรียนสายอาชีพของเขา ถ้าเห็นว่าเหมาะสมก็ควรสนับสนุน ถ้าไม่เห็นควรก็ต้องมีเหตุผลพูดกันจนมีข้อยุติและทั้ง ๒ ฝ่ายต้องยอมรับในการตัดสินใจในครั้งนี้ จงระวังที่จะไม่ใส่ความคิดในการเลือกอาชีพตามที่แม่เดี่ยวเคยผิดหวังมาก่อน

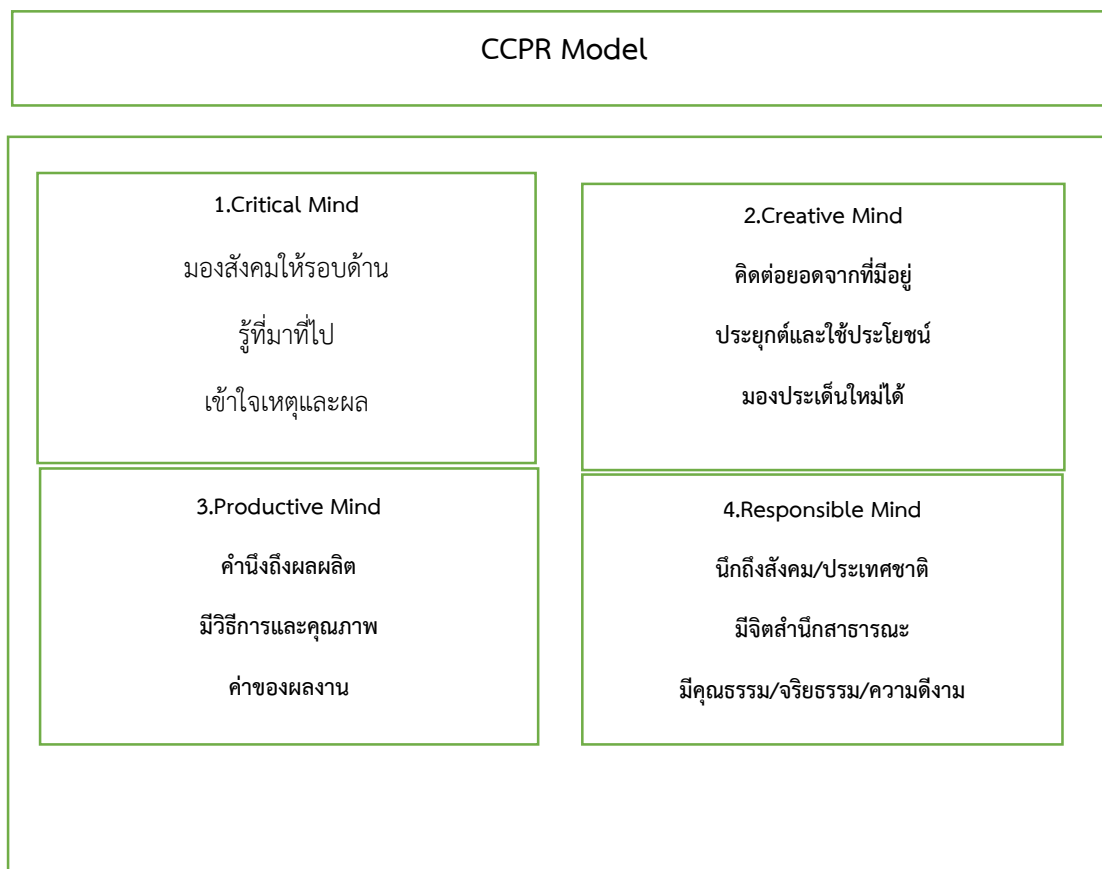
บทบาทของแม่เดี่ยว: กับการพัฒนาลูกยุค ๔.๐

๘. แม่เดี่ยวจะพัฒนาลูกยุค ๔.๐ ได้อย่างไร และเด็ก ยุค ๔.๐ เป็นอย่างไร ก่อนที่จะไปถึงการพัฒนา ลูกยุค ๔.๐ จะขออธิบายให้เห็นว่าเด็กยุค ๔.๐ เป็นเด็กที่ต้องการทำอะไรเพื่อสนองความต้องการของตัวเอง เช่นเมื่อเด็กเกิดปัญหา เด็กจะเรียบเรียงความรู้ที่ได้เคยเรียนมาผนวกกับการคิดที่พัฒนามาจากสมองส่วนหน้า ในลักษณะการคิดวิเคราะห์ ไตร่ตรอง ใคร่ครวญ มุ่งมั่นเพื่อหาคำตอบ ในการเรียนการสอนจึงเน้นความสามารถในการสร้างนวัตกรรม ทั้งนี้โดยการต่อยอดความรู้ที่เด็กมีอยู่ ซึ่งน่าจะเป็นทักษะและความสนใจที่เด็กถนัด จะเห็นว่าแม่เดี่ยวยังมีความยากลำบากในการเลี้ยงดู อบรม และพัฒนาลูก เนื่องจากยุคนี้แม่เดี่ยวจะต้องเปิดโอกาสให้ลูกได้เรียนรู้ด้วยตนเอง ไม่มีการครอบงำความคิด เด็กจะต้องลงมือกระทำในสิ่งต่าง ๆ เพื่อให้เกิดการเรียนรู้และตอบคำถามในสิ่งสงสัยด้วยตนเอง แม่และครูเป็นเพียง ผู้ให้การสนับสนุน ให้การปรึกษาหรือให้การแนะนำ แม่เดี่ยวอาจมีความกดดันมากขึ้นว่าตนเองอาจเลี้ยงลูกได้ไม่ดี และถ้าเลี้ยงผิดก็จะเป็นความผิดของตนแต่ผู้เดียว และต้องระวังอย่าเอาลูกของตนเองไปเปรียบเทียบกับลูกคนอื่นที่เขามีทั้งพ่อแม่สมบูรณ์แบบ แม่เดี่ยวต้องสร้างความมั่นใจว่าเราทำได้ และต้องทำได้ดี คือพยายามประคับประคองให้ลูกคิดอย่างอิสระ ทำตัวเป็นเพื่อนกับลูก ซึ่งประเด็นนี้ถ้าจะไปได้ดี เพราะมีแต่แม่กับลูกเท่านั้น ลูกและแม่จะมีความผูกพัน รักกันมากและนี่คือข้อได้เปรียบของการเป็นแม่เดี่ยว

ในส่วนการพัฒนาลูกยุค ๔.๐ นั้นเริ่มจากทางกายเป็นการเลี้ยงดูแบบปรกติ คือ ให้อาหารครบ ๕ หมู่ เพื่อให้สมองได้พัฒนาเชื่อมโยงระหว่างเซลล์สมอง โดย เดนไดรท์หรือใยประสาทนำเข้าไปเป็นลักษณะเป็นกิ่งก้าน ทำหน้าที่นำสัญญาณประสาทเข้าสู่ตัวเซลล์ รับข้อมูลข่าวสารจากเซลล์ประสาทตัวอื่น ๆ และเซลล์ร่างกายจะบูรณาการข้อมูลข่าวสารการเรียนรู้สัมพันธ์กับรูปแบบของการเชื่อมโยงเซลล์ประสาทตัวใหม่ ดังนั้นการเรียนรู้บังเกิดขึ้นในการเชื่อมโยงกับความซับซ้อนที่เพิ่มขึ้นหรือการแตกกิ่งก้านของสาขาในโครงสร้างที่เป็นกิ่งก้านของเดนไดรท์ในสมอง การเดินทางของข้อมูลข่าวสารจากเซลล์ตัวหนึ่งจะผ่านไปเซลล์อีกตัวหนึ่งได้ต้องผ่านจุดประสานประสาทหรือซินแนป จุดนี้มีความสำคัญในการเรียนรู้ เนื่องจากการเพิ่มขึ้นของทั้งขนาดและจำนวนซินแนปในสมองเป็นผลเกิดจากการเรียนรู้

เมื่อสมองได้รับการพัฒนาแล้วจะนำไปสู่การคิดสร้างนวัตกรรมซึ่งถือเป็นหัวใจสำคัญของเด็กในยุคนี้ แม่เดี่ยวจะต้องใช้ความสามารถในการกระตุ้นให้ลูกเป็นคนช่างสังเกต ช่างซักถามหาคำตอบในปัญหาที่พบ และหาวิธีแก้ปัญหาให้ได้ แม่เดี่ยวสามารถสร้างบรรยากาศให้ลูกสนุกกับการค้นคว้า คอยให้กำลังใจแต่ไม่ใช่กีดกัน และชื่นชม เสริมแรงเมื่อลูกคิดแก้ปัญหาได้ด้วยตนเอง

ในขณะที่เด็กโตขึ้นแม่เดี่ยวต้องพัฒนาลูกให้มีคุณลักษณะแบบ CCPR Model ซึ่งเป็นปรัชญาการสร้างสรรคเชิงผลิตภาพโดยให้มีทักษะ ๔ ประการดังนี้ C ตัวแรกคือ คิดวิเคราะห์ C ตัวที่สองคือ คิดสร้างสรรค์ P ตัวที่สามคือ ความคิดถึงผลผลิต และ R ตัวสุดท้ายคือ คิดรับผิดชอบ



จากรูปแบบที่อาจารย์ไพฑูรย์ สีนลารัตน์ ให้มาในข้างต้น ผู้เขียนขอนำมาอธิบายเพื่อการนำมาใช้ในการฝึกของแม่เดี่ยวดังต่อไปนี้

๑. แม่เดี่ยวควรฝึกให้ลูกคิดแบบวิเคราะห์ อาจอยู่ในรูปการอ่านบทความหรือถ้าเป็นเด็กก็ให้อ่านนิทานสั้น ๆ แล้วซักถามว่าอ่านแล้วจับใจความได้อะไร หรือแยกแยะจัดเป็นหมวดหมู่อะไรได้บ้าง หรือให้ลูกสรุปให้แม่ฟัง หรือซักถามว่าทำไมเรื่องถึงเป็นเช่นนั้น มันมีเหตุผลอะไรหรือไม่ เป็นต้น การพูดคุยซักถามจะทำให้สัมพันธภาพกระชับดียิ่งขึ้น และจะทำให้แม่ได้รับรู้แนวคิดของเด็กซึ่งอาจสอดแทรกในเรื่องคุณธรรมจริยธรรมต่าง ๆ ได้

๒. ในการฝึกเกี่ยวกับความคิดสร้างสรรค์ เป็นการฝึกให้ลูกมองอะไรให้ออกนอกกรอบที่เป็นอยู่ เช่น ให้ลูกคิดว่าถ้าลูกกลายเป็นนักวิทยาศาสตร์ ลูกจะทำอะไร และทำไมจึงทำเช่นนั้น การคิดสร้างสรรค์จะเป็นการมองอะไรให้แปลกใหม่โดยไม่ต้องระวังผิดหรือระวังให้เหมือนในสิ่งที่เป็นอยู่เดิม และเมื่อคิดแล้วต้องกล้าที่จะทดลองดู คุณแม่เพียงแต่ต้องระวังในสิ่งที่ลูกจะทดลองที่ต้องไม่เป็นอันตราย ควรบอกให้ลูกรับรู้ว่า ถ้าจะทดลองอะไร ลูกกับแม่ควรทดลองด้วยกัน

๓. การฝึกความคิดผลิตภาพ นั้นจะเริ่มจากการฝึกเป็นคนช่างสังเกต แล้วนำสิ่งที่สังเกตมาพิจารณา ต่อเนื่อง เห็นแนวทางในการปรับปรุงแก้ไข นำไปสู่การทดลองปฏิบัติ เพื่อให้เกิดผลผลิตในแนวแปลกใหม่ อันจะนำไปสู่นวัตกรรม แม่เดี่ยวต้องระวังอย่าขัดขวางความคิดของลูก ถึงแม้จะเห็นว่ามันเป็นไปได้ก็ตาม ควรให้เด็กทำแม่จะผิด ถ้าไม่เกิดความเสียหายมากมายถึงชีวิต เพราะการทำผิดเป็นครูอย่างดี

๔. ในการฝึกความคิดรับผิดชอบ เป็นทักษะที่มองในภาพรวมเหมือนอย่างทฤษฎีของเกสโตลต์ แต่เมื่อมองแล้วต้องมาประเมินว่าสิ่งนั้น ๆ มีค่า มีประโยชน์ นำไปใช้ได้ไหม หรือนำไปช่วยเหลืออะไรเพื่อให้อะไรดีขึ้นได้หรือไม่ เช่น การมองคนกลุ่มหนึ่งออกไปปลุกป่าชายเลน แม่เดี่ยวลองถามว่าลูกมองเห็นอะไรในเรื่องนี้ ถ้าเขาตอบตามที่เป็นรูปธรรม ลองให้เด็กคิดต่อไปว่าทำไมถึงต้องมาปลุกป่า ปลุกป่าแล้วคนปลุกจะได้อะไร คนทั่วไปที่ไม่ได้ปลุกจะได้อะไร สุดท้ายถามว่าแล้วลูกอยากไปทำบ้างหรือไม่

ผู้เขียนขอเพิ่มเติมในสิ่งที่เห็นว่าน่าจะมีประโยชน์ต่อเด็กยุค ๔.๐ นั่นคือ

๑. การมีลักษณะนิสัยของความอยากรู้อยากเห็นมีความกระตือรือร้น ซึ่งแม่เดี่ยวสามารถฝึกฝนได้ ในช่วงอายุ ๒.๐ ปีขึ้นไปให้เด็กกระตือรือร้นสนใจในสิ่งรอบตัวที่แปลกใหม่สำหรับเขา โดยมักตั้งคำถามว่า “นั่นอะไร นี่คืออะไร” เป็นต้น แม่เดี่ยวควรตอบคำถามทุกคำถามด้วยคำตอบที่ถูกต้องและง่ายต่อการเข้าใจ อย่าใช้อารมณ์ หรือแสดงความรำคาญ จะทำให้นิสัยของความอยากรู้อยากเห็นจะพังทลายไป

๒. การคิดที่แก้ไขปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรค(Adversity Quotient) นั่นคือบางครั้งการที่แม่เดี่ยวมองเห็นว่าลูกอ่อนแอต่อเหตุที่ไม่สามารถจะแก้ปัญหาได้ แม่เดี่ยวควรกระตุ้นให้แรงจูงใจเพื่อให้ลูกมีพลังที่จะลุกขึ้นมาแก้ปัญหาที่เผชิญอยู่นั้นให้ได้

๓. การคิดที่เสริมสร้างสุขภาพจิตที่ดี ในขณะที่ยุค ๔.๐ ทุกสิ่งทุกอย่างเด็กต้องพึ่งตนเองไม่ว่าจะคิดหรือกระทำสิ่งใด ๆ อาจล้มเหลวได้ และถ้าเด็กตั้งความหวังไว้สูง เมื่อพลาดอาจมีผลต่อสุขภาพจิตได้ ด้วยเหตุนี้จึงจำเป็นต้องฝึกพลังจิตของเด็กให้แข็งแกร่งอยู่เสมอ

เมื่อยุค ๔.๐ เน้นการสร้างผลงานในเชิงนวัตกรรม เด็กจึงมีความจำเป็นที่จะต้องเรียนรู้ หรือหาองค์ความรู้นอกเหนือจากที่ได้รับจากทางโรงเรียน สิ่งที่จะช่วยได้คือการได้อ่านมาก อาจเป็นการอ่านจากคอมพิวเตอร์ อินเทอร์เน็ตซึ่งการอ่านจำเป็นต้องใช้ทักษะทางภาษา ไม่ว่าจะเป็นภาษาไทยหรือภาษาต่างประเทศ และควรสามารถสื่อสารกับต่างชาติได้ เพราะความรู้ส่วนหนึ่งได้มาจากการสนทนาหรือการสื่อสารนั่นเอง รวมถึงการสื่อสารข้ามวัฒนธรรม แม่เดี่ยวจะต้องเป็นแบบอย่างที่ดีในเรื่องรักการอ่าน คือเมื่อมีเวลาว่างจะอ่านหนังสือ บทความ สารคดี วารสารต่าง ๆ หรือแม้แต่หนังสือพิมพ์ให้ลูกเห็นเป็นประจำ ก็จะทำให้เด็กยึดมาเป็นแบบอย่างโดยไม่รู้ตัว นอกจากนั้นควรกระตุ้นให้ลูกสนใจในเรื่องเทคโนโลยีสารสนเทศต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นข้อมูลจากแหล่งใดก็ตามมีคุณค่ายิ่งทั้งนั้น และการเรียนรู้ควรเป็นการเรียนรู้ตลอดชีวิตเพราะทุกคนไม่แก่เกินเรียน และวิทยาการต่าง ๆ ก็มีความทันสมัยแข่งกับเวลา

แม่เดี่ยวควรพัฒนาลูกให้สมดุลระหว่างวิทยาการ ความรู้ในศาสตร์ด้านอาชีพ กับคุณธรรมจริยธรรม ระเบียบวินัย ความเคารพในสิทธิของผู้อื่น ความเมตตากรุณา เห็นใจเพื่อนมนุษย์ เป็นต้น เพราะแม่เดี่ยวคงไม่ต้องการให้ลูกเป็นคนเก่งที่มีนิสัยเห็นแก่ตัวและเอาแต่ได้ ไม่เห็นใจเพื่อนมนุษย์ ดังนั้นแม่เดี่ยวนอกเหนือจะปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรมในเรื่องที่ลูกอ่านตั้งแต่เล็กแล้ว ควรปลูกจิตสำนึกลูกโดยการพาไปทำประโยชน์ให้สังคมในลักษณะจิตอาสา เพราะการให้โดยเฉพาะการให้แรงงานจะก่อให้เกิดความสุขเนื่องจากร่างกายหลั่งสารเอ็นโดฟิน ถ้าหมั่นทำเช่นนี้และแม่เดี่ยวชี้ข้อดีให้ลูกได้เข้าใจผู้เขียนคิดว่าเด็กรุ่นนี้จะพัฒนาเป็นตัวแทนของประชากรยุค ๔.๐ ได้เป็นอย่างดี และจะไม่ต้องมานั่งคิดค้นค้นใจที่ต้องได้ชื่อว่าเป็น ”แม่เดี่ยว” อีกต่อไป และลูกเองก็จะมีความสุขได้เท่า ๆ กับเด็กที่มาจากครอบครัวที่สมบูรณ์แบบ

สรุป แม่เดี่ยวนอกจากจะได้รับผลกระทบทางจิตใจจากคู่ชีวิตไม่ว่าจะเป็นการหย่าร้าง (จากเป็น) หรือ การสูญเสียชีวิต (จากตาย) ปัญหาที่ตามมา คือ การที่ต้องเลี้ยงหรือดูแลลูก และการหารายได้ด้วยลำพังตนเอง ซึ่งแม่เดี่ยวจะถูกรุมเร้าด้วยปัญหาต่าง ๆ มากมายอย่างไร แต่ต้องสามารถควบคุมอารมณ์ให้ได้ ต้องลุกขึ้นมาสู้ชีวิตฟันตัวอย่างรวดเร็ว และให้กำลังใจกับลูก มองโลกในเชิงบวก ทำหน้าที่เป็นทั้งพ่อและแม่ คอยส่งเสริมและพัฒนาให้ลูกให้มีความแข็งแกร่ง เป็นผู้นำ มีศักยภาพในตนเองและมีพลังอำนาจในการดำเนินชีวิตต่อไป แม้จะไม่มีพ่อที่จะคอยดูแลแล้วก็ตาม สำหรับการพัฒนาลูกยุค ๔.๐ ก่อนอื่นแม่เดี่ยวจำเป็นต้องพัฒนาสมองของลูกโดยการให้ลูกได้รับอาหารครบ ๕ หมู่เพื่อให้สมองได้พัฒนาเชื่อมโยงระหว่างเซลล์สมองอันจะทำให้ข้อมูลข่าวสารที่ได้รับเดินทางอย่างรวดเร็ว เมื่อสมองได้รับการพัฒนาแล้วจะนำไปสู่การคิดสร้างสรรค์นวัตกรรมซึ่งถือเป็นหัวใจสำคัญของเด็กในยุคนี้ แม่เดี่ยวจะต้องใช้ความสามารถในการกระตุ้นให้ลูกเป็นคนช่างสังเกต ช่างซักถามหาคำตอบในปัญหาที่พบ และหาวิธีแก้ปัญหาให้ได้ แม่เดี่ยวสามารถสร้างบรรยากาศให้ลูกสนุกกับการค้นคว้าคอยให้กำลังใจแต่ไม่ใช่กดดัน และชื่นชม เสริมแรงเมื่อลูกคิดแก้ปัญหาได้ด้วยตนเอง เมื่อเด็กโตขึ้นแม่เดี่ยวต้องพัฒนาลูกให้มีคุณลักษณะแบบ CCPR Model ซึ่งเป็นปรัชญาการสร้างสรรค์เชิงผลิตภาพโดยให้มีทักษะ ๔ ประการ คือ คิดวิเคราะห์ คิดสร้างสรรค์ คิดผลิตภาพ และคิดรับผิดชอบ นอกจากนั้นควรเพิ่มในเรื่องการฝึกลูกให้มีลักษณะนิสัยของการอยากรู้อยากเห็นมีความกระตือรือร้น การคิดแก้ปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรคกับการคิดที่เสริมสร้างสุขภาพจิตที่ดี อีกทั้งยังต้องพัฒนาในเรื่องภาษา การสื่อสาร และควรพัฒนาให้เกิดความสมดุลระหว่างวิชาการ ความรู้ในศาสตร์ด้านอาชีพ กับคุณธรรมจริยธรรม ระเบียบวินัย ความเคารพในสิทธิของผู้อื่น ความมีเมตตา ตลอดจนความเห็นใจในเพื่อนมนุษย์

รักใคร่แล้วจะเท่า..."รักของแม่"
ห่วงใคร่แล้วเฝ้าห่วง..."ตั้งดวงใจ"

ผูกพันแท้รักมันไม่หวั่นไหว
...ที่แม่ให้แก่ลูกอยู่ทุกครา...



บรรณานุกรม

- กมลชนก ข้าสุวรรณ และบุรเทพ โชคนานุกุล. (๒๕๕๕).ครอบครัวแม่เดี่ยว : การเป็นชายขอบและความไม่เป็นธรรมในสังคม.นครปฐม : สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ณัฐชลียา ถาวร. (๒๕๕๘).การศึกษากระบวนการเสริมพลังของแม่เดี่ยวสู่การเป็นจิตอาสา. วิทยานิพนธ์สังคมสงเคราะห์ศาสตรมหาบัณฑิต, ภาควิชาสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ ,คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ไพฑูรย์ สีนลารัตน์. (๒๕๕๘).ปรัชญาการศึกษาเชิงสร้างสรรค์และผลิตภาพ.กรุงเทพฯ : วิทยาลัยครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต.
- ศิริรัตน์ แอดสกุล. (๒๕๕๕).สถานการณ์ครอบครัวไทย:กรณีศึกษาครอบครัวพ่อแม่เดี่ยวในเขตพื้นที่กรุงเทพมหานคร. วารสารการเมืองการบริหารและกฎหมาย. ปีที่ ๕ ฉบับที่ ๑.

Amarin.(n.d.).**Baby & Kids**. Retrieved March 3, 2019, from

<https://www.smartsme.co.th/content/71162>

Julie Vickers. (n.d.).**Jean Piaget's. Theory on Child Language Development**. Retrieved March 3, 2019, from <https://www.theclassroom.com/jean-theory-child-language-development-6587239.html>.