



ในขั้นแรกพ่อแม่ควรสอนให้ลูกคิดแก้ปัญหาด้วยตัวเองก่อน ไม่ควรช่วยเหลือหรือเสนอแนวทางทันที แต่ฝึกให้ลูกรู้จักคิดเพื่อรับมือกับปัญหาอื่น&ldquo; ในขั้นแรกพ่อแม่ควรสอนให้ลูกคิดแก้ปัญหาด้วยตัวเองก่อน ไม่ควรช่วยเหลือหรือเสนอแนวทางทันที แต่ฝึกให้ลูกรู้จักคิดเพื่อรับมือกับปัญหาอื่น&rdquo;

ลูกกลับจากโรงเรียนถูกเพื่อนแกล้ง ชกตบวมบวม มีรอยหยิกตามตัว รอยกัดที่หน้า ของใช้ส่วนตัว ยางลบดินสอหายเป็นประจำ ฯลฯ นับเป็นเรื่องที่พ่อแม่เกือบทุกคนล้วนแล้วแต่มีประสบการณ์ดังกล่าวเมื่อลูกถึงวัยเข้าโรงเรียน เช่นเดียวกับสมัยที่พ่อแม่ยังเป็นเด็กย่อมเคยถูกเพื่อนแกล้งหรือแกล้งเพื่อนมาบ้างไม่มากก็น้อย ปัญหาเด็กทะเลาะกัน แกล้งกันไปแกล้งกันมา แม่ดูเหมือนเป็นเรื่องธรรมดาสามัญในธรรมชาติของเด็กที่อาจมีความจำกัดในการสื่อสาร การมีปฏิสัมพันธ์กับคนรอบข้าง ไม่มีวิธีการชวนเพื่อนเล่น ไม่สามารถประเมินการใช้กำลังการออกแรงของตนได้ จึงทำให้ดูเหมือนว่าเด็กบางคนชอบแกล้งเพื่อนหรือชอบเล่นกับเพื่อนแรงๆ

อย่างไรก็ตาม ปัญหาที่ดูเหมือนเป็นเรื่องเล็กน้อยหรือเรื่องธรรมดาของเด็กๆ นั้น หากพ่อแม่หรือผู้ใหญ่ที่เกี่ยวข้องเพิกเฉยหรือจัดการปัญหาดังกล่าวอย่างผิดๆ จากปัญหาเด็กทะเลาะกัน แกล้งกัน ธรรมดาอาจพัฒนากลายเป็นปัญหาใหญ่ที่สะท้อนขวัญในสังคมก็เป็นได้ ดังตัวอย่างที่ประเทศสหรัฐอเมริกา นักศึกษาชาวเกาหลีใต้บุกเข้ากราดยิงเพื่อนและอาจารย์ในมหาวิทยาลัยเสียชีวิตจำนวนมาก สืบพบสาเหตุเบื้องหลังมาจากนักศึกษาวเกาหลีคนนั้นถูกเพื่อนแกล้งมาตั้งแต่เด็กๆ โดยไม่มีใครช่วย จึงได้แต่เก็บกดกลายเป็นความคับแค้นใจและระเบิดออกมาเป็นเหตุการณ์ฆาตกรรมหมู่ดังกล่าว

จากข้อมูลผลสำรวจพฤติกรรมรังแกกันในโรงเรียนของประเทศไทยเปรียบเทียบกับประเทศอื่นๆ ที่มีปัญหานี้เช่นกัน พบว่า ประเทศไทยอยู่ในอันดับ 2 ที่มีสัดส่วนนักเรียนถูกรังแกถึงร้อยละ 40 รองจากประเทศญี่ปุ่นที่มีนักเรียนถึงร้อยละ 60 ถูกเพื่อนรังแก ผลระยะยาวที่เกิดขึ้น คือ หากเด็กที่ถูกรังแกบ่อยๆ แล้วไม่ได้รับการช่วยเหลือหรือแก้ปัญหา ย่อมเสี่ยงต่อการเติบโตมาด้วยภาวะซึมเศร้าในอนาคต หรือถูกกดดันจนถึงกับฆ่าตัวตาย ซึ่งพบมากในประเทศญี่ปุ่นและอังกฤษ ฝ่ายเด็กที่ชอบไปรังแกคนอื่น หากไม่มีผู้ใหญ่เข้าไปอบรมสั่งสอน หรือมีแต่ให้ท้าย แล้วเด็กในกลุ่มนี้มีแนวโน้มเติบโตมาด้วยการเคยชินกับการใช้ความรุนแรงกับครอบครัว คนรอบข้าง กลายเป็นอันธพาลไม่มีใครอยากคบหา เป็นที่รังเกียจของคนในสังคม

ปัญหาเรื่องการทะเลาะเบาะแว้ง กลั่นแกล้งกันในโรงเรียน จึงไม่เป็นเพียงปัญหาเล็กน้อยอีกต่อไป แต่เป็น &ldquo;ราก&rdquo; หรือมูลเหตุของปัญหาการใช้ความรุนแรงที่ถูกบ่มเพาะรอวันเกิดดอกออกผลในอนาคต พ่อแม่จึงควรเรียนรู้วิธีการรับมือที่ถูกต้องกับปัญหาดังกล่าวอย่างถูกต้องเพื่อตัดไฟแต่ต้นลม ทำอย่างไรเมื่อลูกถูกเพื่อนที่โรงเรียนแกล้ง

เมื่อลูกถูกเพื่อนแกล้งหรือรังแก พ่อแม่ร้อยละร้อยไม่สามารถอยู่เฉยหรือนิ่งนอนใจได้อย่างแน่นอน อย่างไรก็ตาม พ่อแม่ส่วนใหญ่อาจไม่ทราบว่าจะหากเกิดปัญหาดังกล่าวแล้ว เราควรช่วยลูกอย่างไร โดยมากมักได้ตอบด้วยอารมณ์รู้สึกเจ็บไปกับลูกด้วย จึงมักสอนให้ลูกตอบโต้แบบตาแทนตา ฟันแทนฟัน ตัวอย่างเช่น สอนให้ลูกชกเพื่อนคนนั้นกลับหากถูกรังแก หรือวันรุ่งขึ้นให้ไปแค้นชกเพื่อนคนนั้นเลยอย่างไม่ทันให้เขาตั้งตัว เพื่อไม่ให้ใครกล้ามารังแกอีก โดยเฉพาะอย่างยิ่งในเด็กผู้ชายที่พ่อแม่มักอ้างว่า ต้องมีความเข้มแข็ง ห้ามอ่อนแอ ต้องสู้ ตอบโต้กลับไม่ให้ใครมารังแกเราได้

ไม่เพียงเท่านั้น พ่อแม่บางคนรักลูกมาก เมื่อเห็นลูกถูกเพื่อนแกล้งต่อหน้าต่อตา ถึงกับออรอนทนไม่ได้ เข้าไปช่วยเหลือลูกและแค้นแทนเด็กที่มาทำร้ายลูกของตน ดังตัวอย่างที่เห็นจากหน้าหนังสือพิมพ์ ที่พ่อเห็นลูกถูกเพื่อนผู้หญิงชกเนื่องจากแย่งของเล่นกัน ผู้เป็นพ่อถึงกับรีบเข้าไปกระโดดตีและกระแทกเด็กหญิงคนที่มาชกลูกของตนจากการปางตายเนื่องจากเจ็บแค้นแทนลูก การตอบสนองอย่างสะใจในอารมณ์ด้วยการแค้นให้สาแก่ใจเช่นนี้ ไม่เพียงแต่พ่อกับแม่จะต้องไปปรับโทษในคุกตามระเบียบแล้ว สิ่งที่ได้หวนและตกค้างลงไปจิตใจของลูกนั้นน่ากลัวยิ่งกว่า เพราะนั่นคือพ่อกำลังสอนลูกว่า เมื่อเกิดปัญหาความขัดแย้งขึ้น วิธีการแก้ไขคือ &ldquo;การใช้ความรุนแรง&rdquo; เท่านั้น อันเป็นการบ่มเพาะให้ลูกเป็นยุวอาชญากรตามมาในอนาคต

ดังนั้น พ่อแม่จึงควรระมัดระวังและตั้งสติให้ดีในปัญหาที่เกิดขึ้น เมื่อลูกถูกเพื่อนแกล้งหรือรังแกจากที่โรงเรียน อย่าเพิ่งให้อารมณ์โกรธนำหน้าไปก่อนหรือเอาแต่จะแค้นแทนลูกอย่างเดียว แต่สิ่งที่พ่อแม่ควรทำได้แก่ สอบถามลูกถึงเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นว่าเหตุการณ์เป็นไปอย่างไร ลูกกำลังทำอะไรอยู่ ใครเป็นคนเริ่มต้นก่อน แล้วลูกตอบโต้อย่างไร เพื่อนที่มารังแกเหตุจลาหรือตอบโต้กลับอย่างไร ฯลฯ เพราะบางครั้งสิ่งที่ลูกมาฟ้องว่าถูกเพื่อนแกล้งนั้น อาจไม่ได้เป็นความจริงทั้งหมดก็ได้ ลูกอาจเป็นคนเริ่มก่อน รังแกเพื่อนก่อนก็ได้ พ่อแม่จึงควรฟังหูไว้หู สอบถามเหตุการณ์อย่างรอบคอบเสียก่อน แล้วจึงค่อยชี้แนะลูกถึงวิธีการรับมือ โดยอาจไปสอบถามคุณครูหรือเพื่อน ๆ ของลูกที่เห็นเหตุการณ์ว่าเป็นอย่างไร เพื่อสามารถช่วยเหลือแนะนำลูกได้อย่างตรงจุดจริงๆ

อย่างไรก็ตาม พ่อแม่ต้องคอยสังเกตถึงความผิดปกติของลูกด้วย เช่น มีรอยฟกช้ำ เลือดออก ตามร่างกายหรือไม่ ของหายเป็นประจำหรือไม่

ลูกผอมลงและบ่นหิวเสมอ ทั้งๆ ที่ได้เงินค่าขนมไปโรงเรียนอย่างเพียงพอ ฯลฯ เพราะในบางกรณีเด็กบางคนเมื่อถูกเพื่อนแกล้ง ไม่กล้าบอกพ่อแม่ เพราะอาจถูกเพื่อนขู่หรือกลัวว่าพ่อแม่จะหาว่าตนเองอ่อนแอยอมให้เพื่อนแกล้ง แล้วมาทำโทษตนต่ออีกซ้ำสอง

### สอนลูกถึงวิธีการตอบสนองที่ถูกต้อง

ลูกมักเลียนแบบอย่างการตอบสนองของพ่อแม่ พ่อแม่ทำอะไร ที่แนะนำลูกอย่างไร ลูกมักเชื่อฟังและยึดเอาคำสอนของพ่อแม่เป็นหลักในการตอบสนองต่อปัญหาต่างๆ พ่อแม่จึงควรตระหนักว่า สิ่งที่ท่านสอนนั้นมีผลต่อชีวิตของลูกในระยะยาวแน่นอน ดังนั้น ก่อนจะแนะนำสั่งสอนจึงควรตั้งสติ คิดไตร่ตรองให้ดีด้วยความระมัดระวัง

ในขั้นแรกพ่อแม่ควรสอนให้ลูกคิดแก้ปัญหาด้วยตัวเองก่อน ไม่ควรช่วยเหลือหรือเสนอแนะทางทันที แต่ฝึกให้ลูกรู้จักคิดเพื่อรับมือกับปัญหาอื่นๆ ในทำนองเดียวกัน เพราะเราไม่ได้อยู่กับลูกและคอยช่วยเหลือลูกได้ตลอดเวลา หลังจากฟังแนวทางการแก้ปัญหาของลูกแล้ว จึงค่อยชี้แจงถึงผลเสียของการตอบสนองแบบต่างๆ พร้อมเสนอแนะว่า การตอบสนองที่ชาญฉลาดโดยไม่ต้องใช้ความรุนแรงนั้นเป็นอย่างไร พร้อมยกตัวอย่างในภาคปฏิบัติจริงให้ลูกได้นำไปใช้ เช่น เดินหนี ไม่สนใจ บอกตรงๆ ว่าไม่ชอบ หากทำอีกจะฟ้องครู ฯลฯ โดยติดตามผลลูกเป็นระยะว่าลูกสามารถจัดการปัญหาได้อย่างประสพผลสำเร็จหรือไม่ หากเพื่อนที่ชอบแกล้งยังคงตามรังควานไม่เลิกหรือครูที่โรงเรียนไม่ได้ให้ความช่วยเหลือ พ่อแม่อาจต้องไปพบคุณครูของลูกที่โรงเรียนเพื่อช่วยกันแก้ปัญหาที่เกิดขึ้น ไปทำความรู้จักกับเพื่อนของลูกคนนั้น พูดคุยสังเกตพฤติกรรม พร้อมร่วมมือกับครูในการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้น ในกรณีที่พ่อแม่พบว่าลูกถูกแกล้งของเล่นต่อหน้าต่อตา พ่อแม่สามารถเข้าไปสอนในเรื่องสิทธิและการแบ่งปัน ว่าของนี้เพื่อนกำลังเล่นอยู่ ไปแย่งจากมือไม่ได้ให้ไปเล่นของเล่นชิ้นอื่นก่อน ให้คืนเพื่อนไป และเมื่อลูกเล่นเสร็จแล้วควรแบ่งปันให้เพื่อนเล่นบ้าง รวมทั้งสอนทั้งคู่ไม่ให้แก้ปัญหาด้วยความรุนแรง

### ทำอย่างไรเมื่อลูกไปแกล้งเพื่อนที่โรงเรียน

ในทางกลับกัน หากลูกของเรามีพฤติกรรมชอบไปแกล้งเพื่อนที่โรงเรียน พ่อแม่ไม่ควรนั่งนอนใจโดยคิดอย่างภาคภูมิใจว่าดีแล้ว ที่ลูกของเราจะได้ไม่ถูกแกล้ง ถูกเขาเปรียบ ลูกของเราเอาตัวรอดได้ โดยหารู้ไม่ว่าความคิดดังกล่าว แท้จริงแล้วเป็นการทำร้ายและทำลายอนาคตของลูกให้ย่อยยับไปกับมือของพ่อแม่เอง พ่อแม่จึงควรเฝ้าสังเกตว่า ลูกของเรามีพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรงหรือไม่ ชอบหยิบของของเพื่อนมาเป็นของตัวเองหรือไม่ ครูที่โรงเรียนฟ้องมาบ่อยๆ หรือไม่ ฯลฯ โดยอาจย้อนมาพิจารณาถึงการเลี้ยงดูของเรา ว่าเป็นแบบอย่างในการใช้ความรุนแรงเพื่อแก้ปัญหาหรือไม่ เราไม่ได้ควบคุมลูกในการรับสื่อที่รุนแรงต่างๆ หน้าจอทีวี เกมคอมพิวเตอร์หรือไม่ ลูกมีปัญหาทางพฤติกรรมที่ต้องปรึกษาจิตแพทย์หรือไม่ ฯลฯ เพื่อสามารถช่วยเหลือลูกได้อย่างทันท่วงที ไม่กลายเป็นอันธพาล เกเร นักเลงหัวไม้ หรืออาชญากรในสังคมต่อไปในอนาคต

นอกจากนี้พ่อแม่ควรเข้าใจว่า เด็กๆ นั้นยังไม่รู้ว่าจะไปสร้างสัมพันธ์กับเพื่อนอย่างไร จะไปขอเพื่อนๆ เล่นด้วยควรทำอย่างไร หรือการขยับพลังของตัวเองในระดับที่ไม่ไปทำร้ายคนอื่น หรือทำให้เพื่อนๆ เจ็บนั้นควรอยู่ในระดับใด พ่อแม่จึงควรสอนลูกในเรื่องทักษะสังคมควบคู่ไปด้วย และอาจพาลูกไปออกกำลังกายว่ายน้ำ วิ่ง ฯลฯ เพื่อให้ได้ใช้พลังที่มีอยู่ในตัวอย่างเหลือเฟือออกไป อันเป็นการลดความตึงเครียดของเด็กได้ดีในระดับหนึ่ง แทนที่จะไประบายกับเพื่อนที่โรงเรียน

### ร่วมด้วยช่วยกันกับโรงเรียน

ในเมื่อลูกใช้เวลาอยู่ที่โรงเรียนมากกว่าอยู่ที่บ้าน คุณครูจึงเป็นผู้ที่ต้องมีส่วนในการรับผิดชอบเรื่องนี้ด้วยเต็มๆ อย่างไม่สามารถปฏิเสธหรือบ่ายเบี่ยงได้ อย่างไรก็ตาม จากผลสำรวจพบว่า ครูส่วนใหญ่เคยเห็นพฤติกรรมรังแกเพื่อน แต่เมื่อถามว่าได้พยายามห้ามหรือหยุดการกระทำเช่นนั้นหรือไม่ คุณครูที่ถูกสัมภาษณ์กว่าครึ่งตอบว่า ช่วยเหลือ &quot;ค่อนข้างน้อย&quot; หรือ &quot;แทบจะไม่เคยทำอะไร&quot; เพื่อหยุดการรังแก ดังนั้น พ่อแม่จึงควรรวมตัวเป็นเครือข่ายผู้ปกครองในการผลักดันโรงเรียนให้เห็นความสำคัญในปัญหาดังกล่าว พร้อมมีนโยบายและมาตรการที่ชัดเจนในการลดปัญหาการใช้ความรุนแรงของเด็กนักเรียน การแกล้งกันหรือรังแกกัน ซึ่งส่งผลกระทบต่อระยะยาวกลายเป็นปัญหาสังคมได้ในที่สุด

เมื่อถึงเวลาที่ลูกของเราต้องออกจากอ้อมอกของพ่อแม่ไปเผชิญโลกอันกว้างใหญ่ใต้นด้วยตนเอง พ่อแม่ทุกคนย่อมรู้สึกห่วงใย ไม่อยากให้ลูกต้องได้รับความทุกข์ยากหรือความเจ็บปวดในชีวิต การยื่นมือเข้าปกป้องช่วยเหลือในยามที่ลูกยากลำบาก ถูกกลั่นแกล้ง ถูกรังแก เป็นสิ่งที่พ่อแม่พร้อมยื่นเคียงข้างลูก

อย่างไรก็ตาม พ่อแม่ควรตระหนักอยู่เสมอ ว่าสองมือที่เราคิดไปเองว่าเป็นมือแห่งการปกป้องช่วยเหลือนั้น แท้จริงแล้วอาจเป็นมือที่ไปทำร้ายและทำลายทั้งชีวิตลูกของเราก็เป็นได้

### ศ.ดร.เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์

นักวิชาการอาวุโส มหาวิทยาลัยฮาร์วาร์ด

ประธานสถาบันอนาคตศึกษาเพื่อการพัฒนา (IFD)

kriengsak@kriengsak.com, <http://www.kriengsak.com>