

13 วิธี เข้าถึงลูกวัยรุ่น

นำเสนอเมื่อ : 10 ก.ย. 2551

13 วิธี เข้าใจถึงลูกวัยรุ่น

นักจิตวิทยาต่างยืนยันเป็นเสียงเดียวกันว่าวัยรุ่นยังคงต้องการพ่อแม่อยู่แต่เป็นไปในรูปแบบของเขาเองซึ่งจะไม่มากเท่าตอนที่เขาเป็นเด็ก พongกับการสำรวจความเห็นของวัยรุ่นที่ส่วนใหญ่ยังคงเห็นว่าพ่อแม่คือเพื่อนที่ดีที่สุด (ดีใจดี) เพียงแต่...คุณต้องปรับเปลี่ยนท่าทีเสียใหม่ เพื่อเขาให้ถึงโลกที่พวกเขาอยู่ อะไรที่เคยใช้ได้ผล อาจถึงเวลาเก็บใส่กรุไต่แล้ว

๑. จงฟัง... ฟัง... และฟัง

เป็นเคล็ดลับสำคัญข้อแรกที่พ่อแม่ต้องท่องให้ขึ้นใจ การฟังจะทำให้คุณเข้าใจโลกวัยรุ่น เข้าใจความคิด ความฝัน ความรู้สึก ตลอดจนความหวาดกลัว ของพวกเขา รู้ไหมครับว่าวัยรุ่นปรารถนาพ่อแม่ซึ่งเป็นผู้ฟังที่ดีอย่างที่สุด และสิ่งที่คุณเกลียดที่สุดก็คือ การถูกค่อนขอด สั่งสอน ตัดสินชี้กัไซโลเรียง และวิพากษ์วิจารณ์ในทางลบ โดยที่พ่อแม่ส่วนใหญ่ก็มักเป็นอย่างนี้แหละ (อย่าปฏิเสธนะ...) ในวันหนึ่ง ๆ คุณควรมีเวลาพูดคุยกับลูก (ขออย่าว่าคุณเป็นฝ่ายฟัง) แม่ว่าจะเพียงไม่กี่นาทีก็ตาม และอย่างน้อยในหนึ่งอาทิตย์ควรมีเวลาได้รับฟังลูกยาวๆ สักครั้ง โดยที่ไม่มีเสียงทีวีและโทรศัพท์รบกวน นี่เป็นโอกาสดีที่คุณจะได้รู้จักลูกซึ่งกำลังก้าวสู่วันได้อีกขั้นของชีวิต

๒. เลี่ยงคำว่า “ไม่”

เมื่อลูกมาขออนุญาตทำในสิ่งที่พ่อแม่ไม่มั่นใจนัก เช่น ไปต่างจังหวัด ควรใช้คำพูดว่า “แม่ (พ่อ) ขอเวลาคิดก่อนนะ” หรือ “แม่ (พ่อ) ต้องหาข้อมูลก่อนตัดสินใจมากกว่านี้อีกสักหน่อย” และระหว่างนั้นจงใช้เวลาคิดใคร่ครวญหรือหาข้อมูล ดีไม่ดีลูกอาจหมดความสนใจกับกิจกรรมนั้นไปแล้วก็ได้ คุณจะพบว่าตัวเองพูดคำว่า “ไม่” น้อยลงเป็นอย่างมาก และที่สุดแล้ว ถ้าหัวเด็ดตีนขาด คุณจะไมยอมให้ลูกทำในสิ่งที่ขอลองอธิบายด้วยคำพูดแบบนี้ดู “ไม่ไหวพ่อแม่ไม่เชื่อมั่นในตัวลูกนะจะแต่ไม่เชื่อมั่นในสถานการณ์ที่ลูกจะไปเจอต่างหาก”

๓. ใช้เวลาในรถอย่างมีค่า

ผู้เชี่ยวชาญส่วนใหญ่เห็นพ้องกันว่า ในรถเป็นสถานที่เยี่ยมยอดสำหรับพูดคุยกับวัยรุ่น เพราะไม่ต้องสบตากันมาก ระหว่างทางไปโรงเรียน กลับบ้าน หรือไปทำกิจกรรมใดๆ ลองเปิดประเด็นคุยกับลูกถึงเรื่องต่างๆ (อย่างเป็นธรรมชาติ)

๔. สร้างความตื่นตัวให้กับชีวิต

วัยรุ่นมีพลังงานอย่างล้นเหลือที่จะทำสิ่งต่างๆ และชอบเสี่ยง ถ้าอยากต่อกับลูกให้ติด คุณต้องสร้างความตื่นตัวให้แกเขา พาเขาไปทำอะไร ๆ ที่น่าสนใจเป็นบางครั้ง เช่น ไปเดินป่า ไปเที่ยวกลางคืน หรือดูบั้นจี้จัมพ์ วิธีแบบนี้จะทำให้พวกเขาอยากใกล้ชิดกับคุณมากขึ้น ก็ใครจะอยากอยู่กับตาแก่ยายแก่เซยๆ ละ...จริงมั๊ย

๕. วิธีแบบละมุนละไม

อาจมีบางครั้งที่ลูกกลับบ้านผิดเวลาหรือดึกจนทำให้คุณเป็นห่วง อย่าใช้คำพูดว่า “ไปไหนมา” หรือ “ลูกกลับช้าไป ๕ นาที” หรือบ่นกระป๋องดกระแปด เพราะผลที่ตามมาก็คือ เขาจะหนีเขาไปในห้องนอนทางที่ดี คุณควรแสดงออกถึงความห่วงใยอย่างละมุนละไม อาจหามมู๋น ๆ ให้เขาสักแก้ว และเดินไปส่งที่ห้องนอน

๖. ชวนลูกดูหนัง

เลือกหนังครอบครัวดี ๆ สักเรื่อง และไปดูด้วยกัน เมื่อดูจบชวนเขาพูดคุยและวิพากษ์เรื่องราวในนั้น อาจเป็นประเด็นเกี่ยวกับความสัมพันธ์ การหย่าร้าง ความสูญเสียจะทำให้คุณรู้จักมุมมองของลูกดียิ่งขึ้น

๗. ใช้ดนตรีเป็นสื่อ

วัยรุ่นส่วนใหญ่รักเสียงเพลง ลองนั่งฟังและดูรายการเพลงกับลูก อาจได้พบว่าคุณและลูกต่างชื่นชอบเพลงเพลงเดียวกัน ลูกอาจชอบบางเพลงของสุนทราภรณ์ และคุณอาจชอบบางเพลงของ บริติช นีส์ สเปียร์ โลโซ บาบู่ หรือไมก็ บูโดกัน ก็ได้ ดนตรีจะเป็นสื่อที่เชื่อมคุณกับลูกได้ดีทางหนึ่ง

๘. เข้าไปในโลกของวัยรุ่น

ลองไปเดินช้อปปิ้งกับลูก คุณจะได้เห็นว่าคุณเข้าไปถึงไหนกันแล้ว อ้อ...อย่าลืมนั่งรถพ่อแม่ไปช้อปปิ้งกับลูกกับลูกไปช้อปปิ้งกับพ่อแม่ที่ต่างกันลิบลับเลยไมก็ลองไปดูคอนเสิร์ตกับเขาบ้าง หรือถามถึงอะไรที่กำลังฮอตฮิตในหมู่วัยรุ่น เช่น เทคนิคการเล่นสเก็ตบอร์ด หรือเกมที่ลูกชอบเล่น แต่คุณต้องทำอย่างจริงจังและเปิดใจอย่างแท้จริง

๙. เตรียมตัวและเตรียมใจไว้ให้พร้อม

วัยรุ่นอาจมีเรื่องให้คุณซอกได้ตลอดเวลา นั่งทำงานอยู่ดีๆ อาจมีโทรศัพท์ส่วนตัวมาถึงคุณ นั่นแปลว่าถึงเวลาแล้วที่คุณต้องเป็นที่พึ่งให้กับเขา

๑๐. กิจกรรมด้วยกันเสมอๆ

ไม่ว่าจะเป็นเล็ก ๆ น้อย ๆ อย่าง จัดชั้นหนังสือ ทำอาหาร ก็มีค่าทั้งนั้น จำไว้ว่าบางครั้งเวลาที่ที่ดีที่สุดก็เกิดขึ้นโดยใช้เวลาเพียงเล็กน้อยและไม่ไดตั้งใจ

๑๑. ทำให้เขารู้สึกว่า เขาเป็นส่วนหนึ่งในชีวิตคุณ

คุยกับเขาถึงงาน แผนการใช้ชีวิต และเรื่องของคุณให้เขาฟังบ้าง แทนที่จะเอาเรื่องของเขามาเป็นประเด็นอย่างเดียวเป็นการเปิดโอกาสให้เขารู้จักคุณในมุมที่หลากหลาย ที่สำคัญอย่าลืมนบอกเขาด้วยว่าต้องการคุณ เขาจะตามตัวคุณได้อย่างไร

๑๒. แสดงออกซึ่งความรัก

อาจจะโอบกอดขณะที่อยู่กันสองต่อสอง (อย่าทำต่อหน้าคนเยอะๆ เชียว) บอกรักเขาในโอกาสพิเศษหรือเอาผลงานของเขามาติดโชว์ไว้ในบ้านและเป็นเรื่องธรรมดา ที่คุณกับลูกจะมีเรื่องไม่ลงรอยกันและมีปากเสียงกัน ถ้าคุณรู้สึกว่าคุณเป็นฝ่ายผิด ไม่แปลกหรอกที่จะเอ่ยปากขอโทษลูกก่อน หรือไมก็เขียนโน้ตน่ารักๆ สักแผ่นวางไว้บนเตียงเขา

๑๓. รู้จักถอย

ควรรู้ว่าเมื่อไรลูกต้องการพ่อแม่ และเมื่อไรที่ไม่ กับบางเรื่องของวัยรุ่น คุณควรถอยห่างออกมาสักก้าวสองก้าว ไม่ควรเข้าไปเจาก็เจอกับเรื่องส่วนตัวของเขามากเกินไปนัก ที่สำคัญคือ คุณต้องเข้าใจว่าเด็กแต่ละคนนั้นแตกต่างกันและคุณนั้นแหละที่ต้องเป็นคนหาและเลือกใช้วิธีการให้เหมาะสมเพื่อให้ลูกยอมแถมบานประตูรับคุณเข้าสู่โลกของเขา

