



ความรู้ใหม่เกี่ยวกับการเลี้ยงดูและการให้การศึกษาเรียนรู้แก่เด็กเล็ก*

อุทัย ดุลยเกษม

นักวิชาการอิสระ

สวัสดิ์ท่านผู้ฟังที่นับถือทุกท่าน มีเรื่องที่ผมคิดว่า น่าสนใจที่มีความสำคัญมากมาเล่าสู่กันฟัง เรื่องพวกนี้บางทีคนส่วนมากไม่ค่อยทราบและไม่ค่อยสนใจโดยเฉพาะพ่อแม่และครูที่สอนเด็กเล็กหรือเจ้าหน้าที่ประจำศูนย์เด็กในชุมชน ทั้ง ๆ ที่มีผลต่อชีวิตของเด็กมากทีเดียวเมื่อเขาเติบโตขึ้น

เรื่องที่ผมจะเล่าให้ฟังนี้เป็นเรื่องที่เราคุ้นเคยอยู่พอสมควรในอดีตกาล แต่เราไม่มีการบันทึกไว้ความรู้ต่าง ๆ เกี่ยวกับเรื่องนี้จึงสูญหายไป แต่ในเมืองนอก เขามีการทำวิจัยและเก็บรวบรวมความรู้เกี่ยวกับเรื่องนี้ไว้อย่างต่อเนื่องทำให้สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันและในการทำงานได้อย่างดี เรื่องที่ว่านี้ คือ เรื่องที่มีการสังเกตพบว่า เด็กหรือเยาวชนจำนวนมากไม่สามารถ “ต้านทาน” ต่อแรงเย้ายวนต่าง ๆ ในสังคมได้และตกเป็นเหยื่อของสิ่งเย้ายวนนั้นได้ง่ายและได้รับผลกระทบต่อชีวิตในทางลบได้มาก เช่น แรงเย้ายวนในเรื่องการบริโภคสิ่งที่ไม่ควรบริโภค แรงเย้ายวนในเรื่องการเสพในสิ่งที่ไม่ควรเสพ เช่น เหล้า บุหรี่ ยาเสพติด การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัย ฯลฯ แต่ในขณะที่เดียวกันมีเด็กและเยาวชนจำนวนมากไม่น้อยเช่นเดียวกันที่สามารถ “ต้านทาน” กับสิ่งเย้ายวนเหล่านั้นได้ดีและสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างไม่มีปัญหา จากการวิจัยที่ทำกันมานานกว่า 10 ปีพบว่าเด็กและเยาวชนทั้งสองกลุ่มนี้ มีคละกันทั้งเด็กที่มาจากรอบครัวยากจนและจากรอบครัวที่มีฐานะทางเศรษฐกิจและสังคมดี มีทั้งเด็กต่างเผ่าพันธุ์ มีทั้งเด็กหญิงเด็กชาย มีทั้งเด็กที่มาจากสลัมและมาจากพื้นที่หรู ๆ มีทั้งเด็กที่มาจากท้องพ่อแม่เพียงคนเดียวก็มี และเป็นเด็กที่มีการศึกษาและเด็กที่ไม่มีการศึกษา หลักฐานที่ชี้บอกถึงความขัดแย้งของพฤติกรรมนี้ได้ก่อให้เกิดคำถามที่สำคัญว่าเป็นเพราะสาเหตุอะไร และตรงนี้แหละครับที่ผมอยากนำมาเล่าให้ฟัง

ข้อค้นพบจากการศึกษาวิจัยมานานปีทำให้เห็นอย่างชัดเจนว่าสาเหตุที่ทำให้เด็กหรือเยาวชนสามารถหรือไม่สามารถต้านทานต่อสิ่งเย้ายวนต่าง ๆ ได้นั้นมาจากองค์ประกอบหลักสองประการครับ อย่างแรกเป็นเรื่องของ “ยีน” ในตัวเด็กเอง และอย่างที่สองคือการเลี้ยงดูและการให้การศึกษาเรียนรู้ครับ ในเรื่องแรกนั้นผลการวิจัยบอกว่าสำคัญน้อยกว่าสาเหตุที่สองครับ กล่าว

อย่างสั้น ๆ ก็คือ เราสามารถเลี้ยงดูและให้การศึกษาเรียนรู้แก่เด็กและสามารถช่วยให้เด็กได้พัฒนาทักษะต่าง ๆ ในการทำงานที่เขาสามารถต้านทานต่อสิ่งเย้ายวนต่าง ๆ ในสังคมได้ดีด้วย แต่ทักษะเหล่านั้นจะต้องมีการฝึกฝนและพัฒนาอย่างต่อเนื่องเป็นลำดับเป็นขั้นเป็นตอน เรียนรู้จากประสบการณ์จริงอย่างหลากหลาย ทักษะเหล่านี้จะไม่ค่อยเกิดขึ้นเองโดยธรรมชาติครับ แต่ประเด็นที่สำคัญมากคือการฝึกฝนและการพัฒนาทักษะเหล่านี้ต้องกระทำในช่วงที่เด็กยังเล็กอยู่คือในช่วงระยะเวลาประมาณอายุ 3-6 ขวบ จะดีที่สุดครับ เพราะเป็นช่วงอายุที่สามารถพัฒนาทักษะในเรื่องเหล่านี้ได้ดีที่สุด แม้ว่าในช่วงอายุที่โตขึ้นอาจจะพัฒนาทักษะเหล่านี้ได้แต่ก็ไม่ดีเท่าในช่วงอายุ 3-6 ปี

ทักษะที่เด็กและเยาวชนใช้ในการ “ต้านทาน” สิ่งเย้ายวนสิ่งชั่วร้ายต่าง ๆ ได้ เขาเรียกเป็นภาษาอังกฤษว่า Executive Function (EF) ซึ่งอาจแปลเป็นภาษาไทยได้อย่างง่าย ๆ ว่าเป็น “ทักษะการคิดและไตร่ตรองอย่างมีเหตุผลและทักษะในการควบคุมสติและอารมณ์” อะไรทำนองนั้น

การสร้างทักษะดังกล่าวนี้ขึ้นอยู่กับ การจัดสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมให้กับเด็กและการให้เด็กได้ผ่านกิจกรรมต่าง ๆ หลากหลาย จากการเลี้ยงดูเด็ก ไม่ว่าจะที่บ้านหรือในศูนย์เด็กเล็กหรือในโรงเรียนชั้นเด็กเล็กก่อนอนุบาลและในระดับอนุบาล เด็ก ๆ ที่จะได้รับการพัฒนาทักษะเหล่านี้ควรได้มีโอกาสได้ออกไปผ่านประสบการณ์ต่าง ๆ อย่างหลากหลาย การให้เด็กเล่นของเล่นก็ไม่ควรใช้ของเล่นที่ทำสำเร็จรูปแล้ว แต่ให้เด็กได้คิดสร้างเอง ได้มีโอกาสแก้ปัญหาต่าง ๆ ด้วยตนเอง และมีการวางแผนการทำงานอย่างเป็นขั้นเป็นตอน มีความอดทนและความพากเพียร และยังมีโอกาสได้ทดสอบหรือประเมินผลสิ่งที่ตนเองสร้างขึ้นมามีด้วย แต่ที่สำคัญมากคือเด็กจะมีความรู้สึกรู้ภาคภูมิใจที่สามารถทำงานได้สำเร็จ

จากการศึกษาวิจัยได้มีข้อสรุปว่าองค์ประกอบของสิ่งที่เรียกว่า “ทักษะการคิดและไตร่ตรองอย่างมีเหตุผลและการควบคุมสติและอารมณ์” นั้นมีอยู่ 9 ประการด้วยกัน ได้แก่ (1) ความสามารถในการจำและความสามารถในการนำเอาสิ่งที่จำไว้ออกมาใช้งานได้ในเวลาที่ต้องการ (2) การยับยั้งชั่งใจหรือ



การคิดไตร่ตรอง เปรียบเสมือนการ” ดิตเบรก” เมื่อมีสิ่งย่ำแย่วนเข้ามากระตุ้นความอยากได้ อยากมีหรืออยากเป็นเข้ามาถึงตัว (3) ความสามารถในการยืดหยุ่นความคิด ในเมื่อเผชิญกับปัญหาสามารถคิดหาทางเลือกเพื่อหลีกเลี่ยงปัญหาได้ (4) ความสามารถในการควบคุมจิตใจให้มีความหนักแน่น มีใจจดจ่อกับสิ่งที่ทำอย่างต่อเนื่อง ไม่วอกแวกไปกับสิ่งยั่วเย้าต่าง ๆ (5) ความสามารถในการควบคุมอารมณ์ให้อยู่ในระดับที่เหมาะสม สามารถจัดการกับความเครียดหรือความหงุดหงิดได้ดี (6) ความสามารถในการวางแผนและการจัดระบบในการทำงานได้ดี ตั้งแต่การกำหนดเป้าหมายและการวางขั้นตอนในการทำงาน เป็นต้น (7) ความสามารถในการตรวจสอบตนเอง และรู้จักจุดอ่อนและจุดแข็งของตนเอง และสามารถปรับปรุงแก้ไขจุดบกพร่องของตนเองได้ (8) ความสามารถในการริเริ่มและลงมือทำงานตามที่คิด มีทักษะในการริเริ่มและลงมือทำงานตามที่คิดได้ และ (9) มีความพากเพียรมุ่งสู่เป้าหมาย เมื่อตั้งใจทำอะไรแล้วจะมีความมุ่งมั่นอดทนและพยายามทำงานสำเร็จ

องค์ประกอบทั้ง 9 ประการนี้ สามารถพัฒนาได้ทั้งสิ้น ไม่ว่าเด็กคนนั้นจะมาจากสภาพครอบครัวแบบไหน จะเป็นเด็กในสลัมหรือเด็กในเมืองใหญ่ก็สามารถพัฒนาได้

ประเด็นสำคัญคือ พ่อแม่ ผู้ทำหน้าที่เลี้ยงดูเด็กเล็ก และครูที่สอนเด็กเล็กมีความรู้ความเข้าใจในเรื่องนี้หรือไม่ ผมคิดว่า ปัญหาหรืออุปสรรคอยู่ตรงนี้เอง เพราะพ่อแม่และผู้ดูแลเด็กเล็กส่วนมากไม่เข้าใจในเรื่องนี้ กลับเลี้ยงดูเด็กแบบเอาใจหรือไม่ให้เด็ก “ต้องลำบาก” จึงจัดสิ่งต่าง ๆ ให้โดยไม่เปิดโอกาสให้เด็กได้มีประสบการณ์ตรงในการลงมือทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเอง ของเล่นอันหลากหลายก็ซื้อชนิดสำเร็จรูปและมีราคาแพง การเรียนการสอนก็เป็นแบบนั่งฟังครูด้วยความเรียบร้อย เป็นต้น วิธีการดังกล่าวจะไม่สามารถพัฒนา ทักษะที่กล่าวถึงได้เลย เพราะฉะนั้นเราจึงไม่ควรแปลกใจที่เห็นเด็กไทยเสียผู้เสียคนเพราะสิ่งยั่วยวนต่าง ๆ จำนวนมาก เช่น การติดยาเสพติด การดื่มเหล้า การมีเพศสัมพันธ์ตั้งแต่อายุน้อย การเป็นเด็กแว้น เป็นต้น

ผมคิดว่า ถ้าประเทศไทยของเราไม่สามารถพัฒนาทักษะเหล่านี้ให้แก่เด็กและเยาวชนของเรา ในอนาคตสังคมไทยคงมีแต่คนที่ตกเป็นเหยื่อของสิ่งยั่วยวนต่าง ๆ จนไม่สามารถช่วยตัวเองได้ คิดไปแล้วน่าท้อมากนะครับ

เมื่อผมอ่านรายงานการวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ทำให้ผมนึกถึงการเลี้ยงดูลูกของคนสมัยก่อน ผมคิดว่ามีหลายเรื่องที่พ่อแม่เราทำได้โดยไม่รู้เรื่องวิชาการด้วยซ้ำ เช่น ผมจำได้ว่าสมัยผมเป็นเด็ก พวกเราไม่เคยได้ของเล่นสำเร็จรูปเลย มีแต่ทำกันเองไม่ว่าจะเป็นของเล่นประเภทไหน หรือเรื่องการละเล่นของเราก็เข้าช่วยในการพัฒนาทักษะหลาย ๆ อย่างที่งานวิจัยได้กล่าวถึง เช่น การเล่นซ่อนหา การเล่นหมากเก็บ หรือการเล่น “หลอกผี” กัน กิจกรรมเหล่านี้ทำให้พวกเราได้มีประสบการณ์ตรงด้วยการคิดเอง ทำเองและมีความภาคภูมิใจที่สามารถทำได้และนำมาใช้เล่นกันได้อย่างสนุกสนาน ด้วยเหตุตั้งนั้น คนรุ่นผมหลายคนที่ผมรู้จักต่างก็มีทักษะ 9 ประการที่ว่ามานี้มากบ้างน้อยบ้าง เพราะผมไม่เห็นเพื่อนเล่นของมดติดยาเสพติด หรือติดเหล้าหรือ มีปัญหาครอบครัว หรือ แม้แต่ตกเป็นเหยื่อของระบบบริโภคนิยม ดังที่คนจำนวนมากเป็นกัน คิดไปแล้วน่าสนใจมากทีเดียว และเป็นสิ่งยืนยันว่าการเลี้ยงดูลูกแบบที่พ่อแม่สมัยผมทำกันมามีนิยสำคัญมากทีเดียวในการสร้างทักษะที่ฝรั่งเรียกว่า Executive Function โดยที่พ่อแม่สมัยก่อนไม่เคยมีความรู้เกี่ยวกับเรื่องนี้ด้วยซ้ำ น่าทึ่งจริง ๆ

ด้วยเหตุนี้ผมจึงอยากนำเรื่องนี้มาเล่าสู่กันฟังและอยากให้ท่านผู้ฟังทั้งหลายที่เป็นพ่อแม่ ผู้ดูแลเด็กในศูนย์เด็กเล็กและครูในระดับชั้นปฐมวัยและชั้นอนุบาลได้ตระหนักในเรื่องนี้และพยายามจัดสิ่งแวดล้อมและจัดกิจกรรมที่หลากหลายในการพัฒนาทักษะเหล่านี้ ผมคิดว่าในปัจจุบันนี้ความรู้เรื่องนี้มีแพร่หลายพอสมควรครับ และถ้าสนใจผมคิดว่าสามารถติดต่อขอข้อมูลได้จากศูนย์วิจัยประสาทวิทยาศาสตร์ สถาบันชีววิทยาศาสตร์โมเลกุล มหาวิทยาลัยมหิดล โดยเฉพาะติดต่อกับ รองศาสตราจารย์ ดร. นवलจันทร์ จุฑาทักติกุล ผู้เชี่ยวชาญเรื่องนี้ได้ครับ

ผมคิดว่า ประเทศไทยของเราจะต้องให้ความสนใจและให้ความสำคัญกับเรื่องนี้อย่างรีบด่วนครับ ถ้าเราจะทำให้ประเทศไทยเดินหน้าต่อไปในโลกอย่างเทียบเท่าเทียมไต่ล่งกับประเทศอื่น ๆ ครับ ท่านเห็นด้วยกับผมไหมครับ ถ้าเห็นด้วยก็ขอฝากเรื่องนี้ไว้ให้ช่วยกันคิดช่วยกันทำให้เป็นจริงนะครับ ขอขอบคุณครับ