

การใช้หลักพรหมวิหารธรรมในการเลี้ยงดูบุตรวัยรุ่น*

AN APPLICATION OF BRAHMA VIHARA DHARMA IN RAISING ADOLESCENT CHILDREN

บุษราภรณ์ บุญเอียด¹ และ สุปรีชา ชำนาญพุฒิพร²

Budsaraporn Booneiad¹ and Supreecha Chamnanphuttiphon²

¹⁻²มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตศรีธรรมมาโคตรราช

¹⁻² Mahamakut Buddhist University Srithammasokkaraj Campus, Thailand

Corresponding author E-mail: Supreecha28@gmail.com

Received 30 November 2023; Revised 13 December 2023; Accepted 28 December 2023

บทคัดย่อ

บทความทางวิชาการเรื่อง “การใช้หลักพรหมวิหารธรรมในการเลี้ยงดูบุตรวัยรุ่น” มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาค้นคว้า เอกสาร งานวิจัย หนังสือ ตำรา พจนานุกรม ตลอดจนคัมภีร์ในศาสนาต่าง ๆ ทั้งภาษาไทย-อังกฤษ เพื่อให้บุตรเป็นคนดี มีความสุข และประสบความสำเร็จ ดังนี้ 1) ควรมีเมตตา มีความรัก ให้กับบุตร 2) กรุณา ไม่ว่าบุตรจะเป็นเด็กดี หรือน่ารักแค่ไหน ก็ยังทำผิดพลาดได้ง่าย ๆ แทนที่พ่อแม่จะโกรธ ควรแสดงความสงสาร เห็นอก เห็นใจ และร่วมกันหาวิธีแก้ไข เพื่อให้บุตรมีกำลังใจทำสิ่ง ๆ นั้นได้ดีขึ้น 3) ควรมีมุทิตา ยินดีที่เขาประสบความสำเร็จ แม้จะเป็นเรื่องเล็ก ๆ น้อย ๆ ก็ตาม และ 4) ควรมีอุเบกขา การวางใจเป็นกลาง อย่าเปรียบเทียบบุตรกับเด็กคนอื่น ๆ และ อย่าเปรียบเทียบบุตรคนพี่กับบุตรคนน้อง

คำสำคัญ: การเลี้ยงดูบุตรวัยรุ่น, หลักพรหมวิหารธรรม, การใช้

Citation:



* บุษราภรณ์ บุญเอียด และ สุปรีชา ชำนาญพุฒิพร. (2566). การใช้หลักพรหมวิหารธรรมในการเลี้ยงดูบุตรวัยรุ่น. วารสารสหศาสตร์การพัฒนาสังคม, 1(6), 75-87.

Budsaraporn Booneiad and Supreecha Chamnanphuttiphon. (2023). An Application of Brahma Vihara Dharma in Raising Adolescent Children. Journal of Interdisciplinary Social Development, 1(6), 75-87.;

DOI: <https://doi.org/10.14456/jisdiadp.2023.21>

Website: <https://so12.tci-thaijo.org/index.php/JISDIADP/>

Abstract

Academic article on "Using the Brahma Vihara Dharma Principles in Adolescent Parenting" The objective was to study documents, researches, books, texts, dictionaries, as well as scriptures in various religions, both in Thai and English, using the Brahma Vihara Dhamma in raising children Instead of being angry, parents should show loving, compassion, helping and work together to find solutions so that the child can be encouraged to do things better, Honesty, neutrality, don't compare your child with other children, and don't compare your elder son with your younger son.

Keyword: Adolescent Parenting, Principles of Brahma Vihara Dhamma, Application

บทนำ

สถาบันครอบครัวเป็นสถาบันแรก ของมวลมนุษยชาติที่มีมาแล้วตั้งแต่มนุษย์อยู่ร่วมกันเป็นหมู่บ้านในสังคมดั้งเดิมจนถึงสังคมสมัยใหม่ นอกจากนี้ครอบครัวยังเป็นหน่วยการติดต่อ ได้ต่อบรรยากาศบุคคล เช่น สามี ภรรยา บิดา มารดา บุตร มีการถ่ายทอดวัฒนธรรม และรับแบบการประพฤติให้ปฏิบัติต่อกัน บิดามารดามีหน้าที่เลี้ยงดูอบรม สั่งสอนบุตรตั้งแต่วัยแรกเกิด จนกระทั่งโตเต็มใหญ่เกี่ยวกับการดำรงชีวิตทางสังคม ให้รู้ระเบียบของสังคม ครอบครัวเป็นแหล่งการอบรมเบื้องต้น บิดามารดาจึงมีอิทธิพลต่อเด็กมากที่สุดในการสร้างและพัฒนาการทั้งทางร่างกายและจิตใจของเด็กให้สามารถเผชิญชีวิตทางสังคมได้ดี (สะอาด ศรีวรรณ, สัญญา เคนาภูมิ และ ภักดี โพธิ์สิงห์, (2560) จะเห็นได้ว่า ผู้เป็น บิดา มารดา จะต้องให้ความรัก ความอบอุ่นแก่บุตรของตน ประคับประคองเลี้ยงดูบุตรของตน โดยการเลี้ยงดู อบรม สั่งสอน ให้คำชี้แนะตักเตือนต่าง ๆ เป็นสิ่งสำคัญในการปลูกปั้น บุตร ธิดา ให้เป็นสมาชิกที่ดีของสังคม และจะต้องเป็นที่พึ่งของบุตร เมื่อบุตรของตนประสบ หรือเผชิญกับปัญหาและอุปสรรค เนื่องจากบุตรธิดาที่เป็นวัยรุ่น เป็นวัยหัวเลี้ยวหัวต่อ เป็นวัยแห่งการปรับตัว เป็นวัยแห่งปัญหา และมีความเครียดทางอารมณ์เพราะสิ่งแวดล้อมทางสังคม และสรีระทางร่างกาย ที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว ทำให้บุตรวัยรุ่นเกิดความขัดแย้ง ทั้งนี้ การแสดงออกของวัยรุ่นมักเปิดเผยเป็นวัยรุ่นแรงทำให้สังคมมองวัยรุ่นว่าเป็นวัยที่ปัญหาชอบแสดงพฤติกรรมที่ขัดแย้งหรือ

สวนกระแส ก่อให้เกิดปัญหาสังคมมาก และพบว่า การพัฒนาเศรษฐกิจที่มุ่งเพิ่มรายได้เป็นหลักในการส่งผลกระทบต่อทางลบต่อสังคม ต่อคุณภาพชีวิตหลาย ๆ ด้าน รวมทั้งชีวิตครอบครัวและความสัมพันธ์ของสมาชิก มีการเปลี่ยนแปลงไปเนื่องจากผลกระทบจากกิจกรรมนอกบ้าน การพัฒนาเศรษฐกิจทำให้ค่านิยมของคนส่วนใหญ่มุ่งเน้นวัตถุนิยม เลือกแสวงหาเงินทองผลประโยชน์ที่จะได้รับการงานเป็นเรื่องสำคัญอันดับแรก ขณะที่ให้ความสำคัญกับครอบครัวลงมา ผลพวงจากการเปลี่ยนแปลงดังกล่าว ทำให้ครอบครัวจํานวนไม่น้อย ประสบปัญหาหลายอย่างที่มีความรุนแรงขึ้น อาทิ การอยู่ร้าง ทอดทิ้งครอบครัว การทำร้ายทุพตี การทำร้ายทางเพศ การใช้จ่ายเสเพลติด การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร และการตั้งครภภโดยไม่วังปรารภนาของวัยรุ่น เป็นต้น (พัชชา เจริญกลิ่นจันทร์, (2557)

บิดา มารดา มีหน้าที่สำคัญต่อพฤติกรรมและคุณภาพชีวิตของบุตร หากบุตรไม่มีความสุขในชีวิตครอบครัว ก็จะมีโยงไปเป็นปัญหาของสังคมได้ เราคงต้องการเห็นอนาคตของชาติเหล่านี้เติบโตขึ้นอย่างมั่นใจในตนเอง เป็นประชากรที่ดีของสังคม และผู้ที่สามารถเลี้ยงดูอบรมสั่งสอนที่ดีที่สุดแก่พวกเขาได้ คือ บิดา มารดา และบิดามารดาที่จะสามารถเลี้ยงดูบุตรให้ตามศักยภาพนั้น หน้าที่ในการให้ความรัก หน้าที่นี้ยังไม่มีสถาบันใดทำแทนได้ดีกว่าครอบครัว ความรักที่บุตรธิดาได้รับจากบิดามารดา หรือจากครอบครัวตนเป็นความรักที่ต่อเนื่อง ไม่มีวันสิ้นสุด บุตรธิดาที่ขาดความรัก ขาดความเอาใจใส่จากครอบครัว มักจะก่อปัญหาขึ้น เพื่อเรียกร้องความสนใจ และมักจะมีความโกรธ ขี้ฉงฉา ไม่รักใคร่ จะปรับตัวให้กับบุคคลภายนอก ครอบครัวก็มักจะปรับไม่ได้ หรือได้ก็ไม่ดีพอ เมื่อถึงวัยแต่งงานก็ปรับตัว ให้เข้ากับคู่สมรสของตนไม่ได้ หน้าที่ในการให้ความปลอดภัย บิดา มารดา มีหน้าที่ให้ความปลอดภัยแก่บุตรนับตั้งแต่บุตรปฏิสนธิ เมื่อคลอดออกมาแล้ว บุตรจะต้องได้รับการปกป้องอย่างรอบคอบความก้าวหน้าในทางวิทยาศาสตร์ ความก้าวหน้าในทางโภชนาการ จะช่วยให้ครอบครัวปลอดภัยและเจริญเติบโตแข็งแรง นอกจากพ่อ แม่ จะให้ความปลอดภัยแก่บุตรโดยตรงแล้ว สมาคมผู้ปกครอง สมาคมสุขภาพจิต คลินิกสุขภาพจิต ฯลฯ ล้วนเป็นสถาบันที่ช่วยปกป้องอันตรายให้ความปลอดภัยแก่บุตร ให้ความรู้แก่ครอบครัว เพื่อทำหน้าที่นี้ได้อย่างดี (สุชล เพ็งพันธุ์, อภิวัฒน์ชัย พุทธรจรร และ พระมหาจํานงค์ สิริวิณโณ (ผมไผ่), (2562)

บิดามารดา มีภาระการงานต้องรับผิดชอบเลี้ยงครอบครัว และส่วนใหญ่จะเป็นมารดาเพียงฝ่ายเดียวที่ทำหน้าที่ในการเลี้ยงดู และอบรมสั่งสอนบุตร ซึ่งมารดาบางคนจะต้องทำงานนอกบ้านเพื่อจุนเจือครอบครัว ทำให้ไม่มีเวลาเพียงพอในการอบรมสั่งสอนบุตร บิดาจะ

เกิดความห่างเหินกับบุตร และบิดามารดาจะเอาความคิด ความรู้สึกของตัวเองเป็นที่ตั้ง เด็กจะเกิดความอบอุ่น และจะมีพฤติกรรมเบี่ยงเบนไปในทางลบ จะติดเพื่อน ก้าวร้าว เชื่อฟังคนอื่นมากกว่าบิดา มารดา และจะทำให้เกิดความขัดแย้งในครอบครัว และจะทำให้สังคมเกิดปัญหาตามมา (รูบิน (Rubin), 1967a; 1967b)

การส่งเสริมการนำหลักพรหมวิหารธรรมมาใช้ในการเลี้ยงดูบุตร ของบิดา มารดา เพื่อนำความรู้ที่ได้จากการศึกษามาเป็นประโยชน์ต่อการสร้างปฏิสัมพันธ์ที่ดีในครอบครัว และความรักความเมตตา ที่บิดา มารดา พึงมีต่อบุตร จำเป็นต้องอาศัยคุณธรรม จริยธรรม เนื่องจากบิดา มารดา เปรียบเสมือนพรหมของบุตร

ดังนั้น บิดามารดาทุกคนจะต้องมีหลักพรหมวิหารธรรม คือ เมตตา กรุณา มุทิตา และ อุเบกขา ตามหลักพรหมวิหารธรรม นับว่าเป็นหลักธรรมที่ทำให้บิดา มารดา นำไปใช้ในการเลี้ยงดูบุตร ด้วยความรัก ความเมตตา ความปรารถนาดี และการช่วยเหลือเพื่อให้บุตรเกิดความสุขกาย สุขใจ อิ่มเอิบใจและดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข

แนวคิดเกี่ยวกับการใช้หลักพรหมวิหารธรรม

พรหมวิหารธรรม คือ ธรรมเครื่องอยู่อย่างประเสริฐ ธรรมประจำใจอันประเสริฐ หลักความประพฤติที่ประเสริฐบริสุทธิ์ ธรรมที่ต้องมีไว้เป็นหลักใจและกำกับความประพฤติ ซึ่งจะชื่อว่าดำเนินชีวิตหมดจด และปฏิบัติตนต่อมนุษย์ สัตว์ทั้งหลายโดยชอบ ประกอบด้วย 1) เมตตา คือ ความรักใคร่ ปรารถนาดี อยากให้เขามีความสุข มีจิตแผ่ไม่ตรีและคิดทำประโยชน์แก่มนุษย์ สัตว์ทั้งหลาย 2) กรุณา คือ ความสงสาร คิดช่วยให้พ้นทุกข์ ใฝ่ใจอันปลดปล่อย บำบัดทุกข์ยากเดือดร้อนของบ่วงสัตว์ 3) มุทิตา คือ ความยินดี ในเมื่อผู้อื่นอยู่ดีมีสุข มีจิตพ่องในบันเทิง กอปรด้วยอาการแช่มชื่นเบิกบานอยู่เสมอต่อสัตว์ทั้งหลาย ผู้ดำรงในปกติสุข พลอยยินดีด้วยเมื่อเขาได้ดี มีสุข เจริญงดงามยิ่งขึ้นไป และ 4) อุเบกขา คือ ความวางใจเป็นกลาง อันจะทำให้ดำรงอยู่ในธรรมที่พิจารณาเห็นด้วยปัญญา คือ มีจิตเรียบตรง เทียงธรรมดุจตราขึง ไม่เอนเอียงด้วยความรัก และชัง พิจารณาเห็นกรรมที่สัตว์ทั้งหลายกระทำแล้ว อันควรได้รับผลดีหรือชั่วสมควรแก่เหตุอันตนประกอบ พร้อมทั้งจะวินิจฉัยและปฏิบัติไปตามธรรม รวมทั้งรู้จักวางเฉยสงบใจมองในเมื่อไม่มีกิจควรทำ เพราะเขารับผิดชอบตนได้ดีแล้ว เขาสมควรรับผิดชอบตนเอง หรือเขาควรได้รับผลอันสมกับความรับผิดชอบของตน ดังนั้น ผู้ดำรงตนในพรหมวิหารธรรม ย่อมช่วยเหลือมนุษย์ด้วยเมตตา กรุณา และย่อมรักษาธรรมไว้ได้ด้วยอุเบกขา ดังนั้น แม้จะมี

กรุณาที่จะช่วยเหลือปวงสัตว์ แต่ก็ต้องมีอุเบกขาด้วย ที่จะมีให้เสียพรหมวิหารธรรมนี้ บางครั้งก็แปลว่า ธรรมเป็นเครื่องอยู่ของพรหม ธรรมเป็นเครื่องอยู่อย่างพรหม ธรรมประจำใจที่ทำให้เป็นพรหม หรือให้เสมอด้วยพรหม หรือธรรมเครื่องอยู่ของท่านผู้มีคุณอันยิ่งใหญ่ (พระธรรมปิฎก, 2546)

พรหมวิหารธรรม คือ ธรรมที่เป็นเครื่องอยู่ของพรหม หรือธรรมอันเป็นหลักปฏิบัติสำหรับท่านผู้ใหญ่ ซึ่งพระผู้มีพระภาคเจ้าได้ทรงแสดงไว้ 4 ประการ คือ เมตตา กรุณา มุทิตา และ อุเบกขา โดยหลักของการปฏิบัติแล้ว เป็นหลักของสมถกัมมัฏฐาน คือ การทำจิตใจของตนให้สงบเป็นเบื้องต้น (พระเทพดิลก, 2547)

พรหมวิหารธรรม เป็นคุณธรรม สำหรับเป็นที่อยู่ของจิตใจแห่งพรหม คือ ผู้ใหญ่หรือผู้ประเสริฐ เป็นธรรมเป็นที่อยู่ซึ่งมีทั้งความดี และความสุขโดยให้ผู้ปฏิบัตินำไปใช้ ดังนี้ ประการแรก ให้ปฏิบัติด้วยจิตคิดเกื้อกูล แผ่ออกไปในสัตว์ บุคคลทั้งหลาย คือ เมตตา ซึ่งมีอาการเป็นความคิดเกื้อกูล ต่อจากนั้นเมื่อได้เห็น หรือได้ยิน หรือได้คิดว่า เขามีความทุกข์เดือดร้อนก็ปฏิบัติช่วยบำบัดทุกข์ให้ คือ กรุณา ซึ่งมีการช่วยบำบัดทุกข์ จากนั้นครั้นได้เห็นเขามีสุขไม่มีทุกข์ ก็พลอยยินดีบันเทิงใจ คือ มุทิตา ซึ่งมีการพลอยยินดี และเมื่อไม่มีกิจที่ควรจะทำต่อไปก็อุเบกขา คือ ดูอยู่เฉย (สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช, 2543)

พรหมวิหาร คือ ธรรมเป็นเครื่องอยู่อย่างประเสริฐ ธรรมประจำใจอันประเสริฐ หลักความประพฤติที่ประเสริฐบริสุทธิ์ ธรรมที่ต้องมีไว้เป็นหลักและกำกับความประพฤติให้เป็นไปโดยชอบถูกต้องตามทำนองคลองธรรม จึงชื่อว่า ดำเนินชีวิตหมดจด และปฏิบัติตนต่อมนุษย์และสัตว์ทั้งหลายโดยชอบ ประกอบด้วย 4 อย่าง คือ 1) เมตตา คือ ความรักใคร่ ปราบปรามจะให้เขาเป็นสุข คำว่า เมตตา หมายถึง ความสนิทสนม คือ ความรักใคร่ที่เว้นจากราคะ ความกำหนด ได้แก่ ความปรารถนาให้เกิดความสุข ความเจริญแก่ผู้อื่น ความปรารถนาดีอยากให้มีความสุข ความมีจิตอันแผ่ไมตรี และคิดทำประโยชน์แก่มนุษย์ และสัตว์ทั่วหน้า 2) กรุณา คือ ความสงสาร คิดจะช่วยให้เขาพ้นทุกข์ คำว่า กรุณา หมายถึง ความห่วงใยเมื่อเห็นผู้อื่นได้รับทุกข์ร้อน ได้แก่ ปราบปรามเพื่อจะปลดเปลื้องความทุกข์ร้อนของเขา หรือความสงสารคิดจะช่วยให้เขาพ้นทุกข์ ความใส่ใจอันที่จะปลดเปลื้องบำบัดความทุกข์ยากเดือดร้อนของปวงสัตว์ 3) มุทิตา คือ ความพลอยยินดี เมื่อผู้อื่นได้ดี คำว่า มุทิตา หมายถึง ความชื่นบาน ได้แก่ ความพลอยยินดีในเมื่อเห็นผู้อื่นได้ดี หรือความยินดีในเมื่อผู้อื่นมีความสุข มีจิตใจผ่องใสบันเทิงประกอบด้วยอาการแช่มชื่น เบิกบานอยู่เสมอต่อสัตว์ผู้ดำรงในปกติสุข พลอยยินดีด้วยเมื่อเขา

ได้ดีมีสุข เจริญงอกงามยิ่งขึ้นไป และ 4) อุเบกขา คือ ความวางเฉย ไม่ดีใจไม่เสียใจ เมื่อผู้อื่นถึงความวิบัติ คำว่า อุเบกขา หมายถึง ความวางเฉย ได้แก่ วางตนเป็นกลาง ในเมื่อจะแผ่เมตตาไปก็ไม่สมควร เช่น เอาใจช่วยโจรเป็นต้น หรือ ความวางใจเป็นกลางอันจะให้ดำรงอยู่ในธรรมตามที่พิจารณาเห็นด้วยปัญญา คือ มีจิตเรียบตรง เทียงธรรมดุจตราขึง ไม่เอนเอียงด้วยรักและชัง พิจารณาเห็นกรรมที่สัตว์ทั้งหลายกระทำแล้วอันควรได้รับผลดี หรือชั่ว สมควรแก่เหตุอันประกอบพร้อมที่จะวินิจฉัยและปฏิบัติไปตามธรรม รวมทั้งรู้จักวางเฉย สงบใจมองดู ในเมื่อไม่มีกิจที่ควรทำ เพราะเขารับผิดชอบตนได้ดี เขาสมควรรับผิดชอบตนเอง หรือเขาได้รับผลอันสมควรกับความรับผิดชอบของเขา (แก้ว ชิตตะขพบ, 2547)

สรุปได้ว่า ในการที่จะเข้าใจและปฏิบัติพรหมวิหารธรรมให้ถูกต้อง จะต้องทราบรายละเอียดบางอย่าง โดยเฉพาะสมบัติและวิบัติของธรรม 4 ประการนั้น ดังนี้ที่แสดงความหมายของพรหมวิหารธรรมได้ชัด ซึ่งคัมภีร์ทั้งหลายมักยกขึ้นอ้าง เช่น พรหมวิหารที่บิดามารดา มีต่อบุตร เมื่อบุตรยังเล็กเป็นเด็กเยาว์วัย บิดามารดา เมตตา รักใคร่เอาใจใส่ ถนอมเลี้ยงให้เจริญเติบโต เมื่อบุตรเจ็บไข้ เกิดมีทุกข์ภัย บิดา มารดา กรุณา ห่วงใยปกป้องรักษาหาทางบำบัดแก้ไข เมื่อบุตรเจริญวัยเป็นหนุ่มเป็นสาวสวยสง่า บิดามารดามูทิตา พลอยปลาบปลื้มใจ หรือหวังให้บุตรงามสดใสนานนาน

แนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับการอบรมเลี้ยงดูบุตร

การเลี้ยงดูบุตรธิดา : ปุตตะสังคะโห บุตร มาจากคำว่า ปุตต แปลว่า บุตร มีความหมาย 2 ประการ คือ 1) ผู้ทำสกุลให้บริสุทธิ์ 2) ผู้ยังหทัยของพ่อแม่ให้เต็มอิ่ม (พ. อิติ. 25/252-280) (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)

ประเภทของบุตร

ประเภทของบุตรแบ่งโดยความดีในตัวได้เป็น 3 ชั้น คือ 1) อภิชาตบุตร คือ บุตรที่ดีมีคุณธรรมสูงกว่าบิดามารดา เป็นบุตรชั้นสูง สร้างความเจริญแก่วงศ์ตระกูล 2) อนุชาตบุตร คือ บุตรที่มีคุณธรรมเสมอบิดามารดา เป็นบุตรชั้นกลาง ไม่สร้างความเจริญแก่วงศ์ตระกูล แต่ก็ไม่ได้ทำให้เสื่อมลง 3) อวชาตบุตร คือ บุตรที่เลว มีคุณธรรมต่ำกว่าพ่อแม่ เป็นบุตรชั้นต่ำ และนำความเสื่อมเสียมาสู่วงศ์ตระกูล

วิธีเลี้ยงบุตร

การเลี้ยงบุตรมีอยู่ 2 ทาง คือ การเลี้ยงบุตรทางโลก และการเลี้ยงบุตรทางธรรม ซึ่งพ่อแม่ควรเลี้ยงบุตรให้พร้อมบริบูรณ์ทั้งสองทาง

วิธีเลี้ยงบุตรทางโลก

1. กันบุตรออกจากความชั่ว หมายถึง ป้องกันกีดกัน คือ ไม่เพียงแต่ห้าม หากต้องดำเนินการทุกวิถีทางที่จะไม่ให้บุตรตกไปสู่ความชั่ว ซึ่งบางครั้งพ่อแม่กับบุตรก็พูดกันไม่เข้าใจ สาเหตุของความไม่เข้าใจกันนั้นมักเกิดจากการขัดกันอยู่ 3 ประการ คือ 1) ความเห็นขัดกัน 2) ความต้องการขัดกัน 3) กิเลส พ่อแม่ต้องการให้บุตรให้ทั้ง 2 อย่าง จึงจะเป็นการปลูกฝัง ในทางที่ดี ทำได้โดย 1) กระทำตนเป็นตัวอย่างที่ดีแก่บุตร 2) เลือกคนดีให้บุตรคบ 3) หาหนังสือดีให้บุตรอ่าน 4) พาบุตรไปหาบัณฑิต เช่น พระภิกษุ ครูบาอาจารย์ที่ดี

2. ปลูกฝังในทางที่ดี หมายถึง ให้บุตรประพฤติดี มีศีลธรรม พ่อแม่ต้องพยายามเล็ง เข้าหาใจบุตร เพราะใจเป็นตัวควบคุมการกระทำของคนที่ว่าเลี้ยงบุตรให้ดี คือ ทำใจของบุตรให้ ดินนั้นเอง

3. ให้บุตรได้รับการศึกษา ภารกิจข้อนี้ชัดเจนอยู่แล้ว คือให้บุตรได้เล่าเรียน เพื่อให้มีความรู้ความสามารถช่วยตัวเองต่อไปได้

4. จัดแจงให้บุตรได้แต่งงานกับคนดี ความหมายในทางปฏิบัติ มี 2 ขั้นตอน คือ 1) พ่อแม่ต้องเป็นธุระในการแต่งงานของบุตร ช่วยหาสินสอดทองหมั้นให้ 2) พ่อแม่ต้องพยายามให้ บุตรได้คู่ครองที่ดี

วิธีเลี้ยงบุตรในทางธรรม

1. พาบุตรเข้าวัดเพื่อศึกษาหาความรู้ทางศาสนา
2. ชักนำให้บุตรสวดมนต์ก่อนนอนทุกคืน
3. ชักนำให้บุตรทำบุญ เช่น ตักบาตร รักษาศีล เป็นต้น
4. ชักนำให้บุตรทำสมาธิภาวนา
5. ถ้าบุตรเป็นชายให้บวชเป็นสามเณร หรือพระภิกษุ แล้วเข้าปฏิบัติกรรมฐาน

อานิสงค์ของการเลี้ยงดูบุตร

1. พ่อแม่จะได้ความปิติ ภาคภูมิใจเป็นเครื่องตอบแทน
2. ครอบครัวจะสงบร่มเย็นเป็นสุข
3. ประเทศชาติจะมีคนดีไว้ใช้
4. เป็นต้นแบบที่ดั่งามของสังคม สืบต่อไปตลอดกาลนาน

การอบรมเลี้ยงดูแบ่งความหมายเป็น 2 ส่วน คือ การอบรม และการเลี้ยงดู

การอบรม หมายถึง การแนะนำสั่งสอนให้ความรู้ให้แนวคิด แนวปฏิบัติ ถ่ายทอดบุคลิกภาพ ค่านิยม ตลอดจนการทำตัวเป็นตัวอย่างในเรื่องต่าง ๆ ให้เด็กมีนิสัยที่พึงประสงค์ การอบรม คือ วิธีการที่พ่อแม่หรือผู้ปกครองปฏิบัติต่อเด็กหรือบุตร โดยการให้คำแนะนำสั่งสอนให้ความช่วยเหลือ ให้ความรักคุ้มครอง ให้ความอบอุ่น และตอบสนองความต้องการให้ทั้งทางกายและจิตใจกับเด็ก

การเลี้ยงดู หมายถึง การดูแลเรื่องอาหาร ดูแลสุขภาพ ดูแลความเป็นอยู่ เพื่อสนองความต้องการของเด็ก เลี้ยงดูส่งเสริมให้เด็กได้มีการพัฒนาทั้งทางกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ตามวัยอันเหมาะสมการเลี้ยงดู หมายถึง การดูแลในเรื่องอาหาร ดูแลสุขภาพ ดูแลความเป็นอยู่ เพื่อสนองความต้องการของเด็ก เลี้ยงดูส่งเสริมให้เด็กได้มีการพัฒนาทั้งทางกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญาตามวัยอันเหมาะสม

การอบรมเลี้ยงดู หมายถึง วิธีปฏิบัติของมารดาของเด็กก่อนวัยเรียนที่ส่งเสริมและสนองความต้องการที่จำเป็นของเด็กทั้งด้านร่างกาย ด้านจิตใจ สติปัญญา อารมณ์ สังคม (ดวงเดือน พันธุมนาวิน, อรพินทร์ ชุมชม และ งามตา วนินทานนท์, 2528)

การอบรมเลี้ยงดู หมายถึง การดูแลแนะนำสั่งสอน อบรมฝึกฝนให้เด็กมีสุขภาพดี อารมณ์แจ่มใสมีความรับผิดชอบ มีความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น ซึ่งการอบรมและการเลี้ยงดูนี้ ต้องกระทำควบคู่กัน จึงจะได้ผลสมบูรณ์ โดยที่พ่อแม่ต้องเป็นแบบอย่าง (ทัตดาว ลิ้มพะสุต, 2543)

การอบรมเลี้ยงดู หมายถึง การที่บิดามารดา หรือผู้เลี้ยงอบรมสั่งสอน ปลุกฝังให้เด็กมีความรับผิดชอบ มีระเบียบวินัย สามารถพึ่งตนเองได้ โดยการให้ความรัก ความเอาใจใส่ ให้ความช่วยเหลือคุ้มครอง สนองความต้องการทั้งด้านร่างกาย และจิตใจ เพื่อให้เด็กได้ดำรงชีวิตในสังคมอย่างมีความสุข (จุไรรัตน์ แสนพงษ์, 2547)

สรุปได้ว่า พ่อแม่หรือผู้ปกครองมีความสำคัญต่อการปลูกฝังลักษณะนิสัยที่ดีแก่เด็ก เพื่อให้เด็กเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่ดี มีคุณธรรมจริยธรรม มีบุคลิกภาพที่เหมาะสม และสามารถปรับตัวได้ดีในสังคม มีความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น มีระเบียบวินัย สามารถพึ่งตนเองได้

ความสำคัญของการอบรมเลี้ยงดู

เด็กที่ได้รับการยอมรับ การเลี้ยงดูที่ดีจากพ่อแม่ หรือ พ่อแม่มีความเข้าใจในลักษณะธรรมชาติของเด็ก สามารถส่งเสริมพัฒนาการด้านต่าง ๆ ของเด็กให้เหมาะสมตามวัย และสามารถตอบสนองความต้องการของเด็กได้ตามความเหมาะสม ย่อมจะทำให้เด็กเติบโตขึ้นด้วยความแข็งแรงสมบูรณ์ทั้งร่างกายและจิตใจ และเป็นพื้นฐานในการสร้างบุคลิกภาพ ความรู้สึกนึกคิดที่ดี (ฮาไพพรรณ ปัญญาโรจน์, 2545)

ในการอบรมเลี้ยงดูให้มีประสิทธิภาพ และสามารถปรับตัวให้เข้ากับสังคมได้อย่างไม่มีปัญหานั้น การปฏิบัติตนของพ่อแม่มีความสำคัญอย่างยิ่ง และวิธีการปฏิบัติที่จะช่วยให้การพัฒนาบุตรให้เป็นไปตามแนวทางที่เหมาะสม พ่อและแม่ควรปฏิบัติ ดังนี้ 1). ตั้งเป้าหมายในการอบรมเลี้ยงดูบุตร ในเด็กอายุ 3-6 ปี จะมีพฤติกรรมชอบเลียนแบบพ่อแม่ หรือบุคคลที่เรา รัก ดังนั้น พ่อแม่ควรเป็นแบบอย่างที่ดีของบุตรเพื่อให้เด็กเห็นเป็นแบบอย่างที่ดีชัดเจน การที่พ่อแม่ตั้งเป้าหมายในการอบรมเลี้ยงดูไว้นั้นจะช่วยให้เลี้ยงบุตรได้ตามแบบที่ดี ไม่เป็นไปตามอารมณ์ซึ่งจะส่งผลต่อเด็กอย่างดีที่สุด 2) รู้จักจิตวิทยาการอบรมเลี้ยงดูบุตร การอบรมเลี้ยงดูนั้นอย่างน้อยที่สุดพ่อแม่จะต้องรู้ถึงพัฒนาการขั้นต่าง ๆ ของเด็กแต่ละวัย โดยยึดถือพัฒนาการความสามารถ และความต้องการของเด็กเป็นหลัก นอกจากนั้นจะต้องเอาใจใส่ในเรื่องโภชนาการ การกิน การนอน การขับถ่าย การป้องกันโรคอุบัติเหตุ และการจัดสภาพแวดล้อมที่โดยรวมทั้งมีจิตวิทยาที่ดีในการอบรมเลี้ยงดูเด็กด้วย (วรารณ รักษ์วิจัย, 2540)

คามสำคัญในการปลูกฝังบุคลิกภาพวัยเด็กเล็กมากที่สุด ตามแนวคิดของ (Freud) โดยกล่าวว่า ในช่วง 1-5 ปีแรกของชีวิต เป็นช่วงสำคัญที่เด็กจะมีการพัฒนาบุคลิกภาพมากโดยการเลียนแบบการกระทำของบิดามารดาและผู้ที่อยู่ใกล้ชิด จากความสำคัญของการอบรมเลี้ยงดูที่กล่าวมาข้างต้น เป็นปัจจัยหนึ่งที่มีผลต่อการพัฒนาพฤติกรรมของเด็กให้เติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่สมบูรณ์ทั้งทางร่างกายและจิตใจ (ดวงเดือน มุลกลาง, 2546)

ลักษณะของการอบรมเลี้ยงดู

มีผู้ทำการศึกษาเกี่ยวกับการอบรมเลี้ยงดู และได้เสนอรูปแบบของการอบรมเลี้ยงดูไว้หลายท่าน ซึ่งจากการศึกษาวิจัย พบว่า ที่มีรูปแบบคล้ายคลึงกัน เช่น เอลิสมศรี ตั้งสกุลธรรม (2544) ได้เสนอรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูเป็น 3 แบบ และมีลักษณะที่สอดคล้องกับนักจิตวิทยาท่านอื่น ๆ คือ 1) การเลี้ยงดูแบบใช้อำนาจ คือ การที่บิดามารดาหรือผู้ปกครองตั้งกฎเกณฑ์ข้อบังคับที่เข้มงวดและเผด็จการ มีความคาดหวังในตัวบุตรสูง บุตรเกิดความกดดันมีลักษณะไม่

ไว้วางใจใคร ซึ่งอาจเป็นผลให้บุตรมองโลกในแง่ร้าย มีแต่การตำหนิและวิพากษ์วิจารณ์ ไม่สามารถปรับตัวเข้ากับสังคมได้ 2) การเลี้ยงดูแบบตามใจ คือ การที่บิดามารดาเลี้ยงดูโดยทะนุถนอมจนเกินเหตุ ไม่มีการตั้งกฎเกณฑ์ หรือระเบียบใด ๆ ไม่ตำหนิหรือลงโทษเมื่อบุตรทำความผิด บุตรจะกลายเป็นบุคคลเอาแต่ตัวเอง ก้าวร้าว ยึดความคิดของตนเองเป็นศูนย์กลางของความสนใจ มีอารมณ์อ่อนไหวง่าย ขาดความมั่นคงทางอารมณ์ 3) การเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล เป็นการเลี้ยงดูที่บิดามารดารู้จักความพอดี ยึดหยุ่นไม่เข้มงวด จนเด็กขาดศักยภาพในตนเอง หรือปล่อยจนเสียเด็ก ให้คำแนะนำเมื่อบุตรมีปัญหา แต่ไม่ควบคุมหรือ ออกคำสั่ง เมื่อบุตรทำความผิดจะชี้แจงและให้เหตุผล บุตรจะเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดีใช้ความคิด อย่างมีเหตุผล มีความมั่นคงทางอารมณ์หนักแน่น ควบคุมอารมณ์และปรับตัวได้ดี (เฉลิมศรี ตั้งสกุลธรรม, 2544)

ดวงเดือน พันธุมนาวิน อรพินทร์ ชุมชม และ งามตา วินทานนท์ (2528) แบ่งการอบรมเลี้ยงดูตามแบบสังคมไทย ออกเป็น 5 แบบ ได้แก่ 1) การอบรมเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุน หมายถึง การที่บิดา มารดาปฏิบัติต่อบุตรด้วยความรักใคร่เอาใจใส่ทุกซอกซอกของบุตรมาก การอบรมเลี้ยงดูแบบนี้เป็นการให้ในสิ่งที่เด็กต้องการ เด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบนี้จะให้ความสำคัญกับบิดา มารดา ยอมรับการอบรมสั่งสอน ต่าง ๆ 2) การอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล หมายถึง บิดา มารดา อธิบายเหตุผลแก่เด็กในเวลาที่ส่งเสริมหรือขัดขวางการกระทำของบุตรหรือลงโทษบุตร มีการให้รางวัลหรือลงโทษอย่างเหมาะสมกับการกระทำของบุตรมากกว่าการปฏิบัติต่อบุตรตามอารมณ์ 3) การอบรมเลี้ยงดูแบบลงโทษทางจิตหรือทางกาย หมายถึง การที่บิดา มารดาใช้วิธีการลงโทษทางกายหรือทางจิตกับเด็ก การลงโทษทางกายจะเป็นวิธีปรับพฤติกรรมที่บิดามารดาใช้อย่างจริงจังใช้มากหรือบ่อยกว่าการให้รางวัล การลงโทษทางกายมีประโยชน์น้อย ยับยั้งพฤติกรรมได้ชั่วคราว ทำให้เด็กก้าวร้าว รังแก ข่มเหงผู้อื่นส่วนการลงโทษทางจิตจะช่วยส่งเสริมจริยธรรมของเด็ก 4) การอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม หมายถึง การที่บิดามารดาออกคำสั่งให้เด็กปฏิบัติ แล้วคอยตรวจตราใกล้ชิดว่าทำตามที่ต้องการหรือไม่ ถ้าไม่ทำตามจะลงโทษเด็ก ถ้าควบคุมน้อยลง จะปล่อยให้เด็กคิดและตัดสินใจเองว่าควรทำหรือไม่ เปิดโอกาสให้เด็กเป็นตัวของตัวเองบ่อยครั้ง 5) การอบรมแบบพึ่งตนเร็ว หมายถึง การที่บิดา มารดาเปิดโอกาสให้เด็กทำกิจกรรมในชีวิตประจำวันภายใต้การแนะนำและฝึกฝนจากบิดา มารดาหรือผู้เลี้ยงดู ช่วยให้เด็กช่วยตนเองเร็ว และไม่ต้องพึ่งพาผู้อื่นมากและนานเกินไป การอบรมเลี้ยงดูเด็กจะให้บรรลุตามความคาดหวังของพ่อแม่เป็นไปได้อย่าง

ไม่มีวิธีการเลี้ยงดูแบบใดที่ดีที่สุด ทั้งนี้เพราะการดำเนินชีวิตของแต่ละคน แต่ละครอบครัวมีความแตกต่างกัน ดังนั้น แต่ละครอบครัวอาจมีวิธีการเลี้ยงดูที่เหมาะสมต่างกัน

ดวงเดือน มุลกลาง (2546) ได้สรุปแนวคิดของ วราภรณ์ รักษ์วิชัย เกี่ยวกับองค์ประกอบปัจจัยหลัก ที่ทำให้เกิดความแตกต่างของการอบรมเลี้ยงดู ดังนี้ 1) อาชีพของพ่อแม่ 2) สภาพแวดล้อมของที่อยู่อาศัย 3) ฐานะเศรษฐกิจของครอบครัว 4) ประสบการณ์ชีวิตและความมุ่งหวังในความสำเร็จของพ่อแม่ 5) เวลาว่างของพ่อแม่ที่มีให้กับบุตร 6) จำนวนบุตรและสมาชิกในครอบครัว 7) ความเข้มแข็งทางจิตใจของพ่อแม่ ทั้งนี้ยังเสนอแนวทางการอบรมเลี้ยงดูเด็กตามวิถีชีวิตไทย ไว้ดังนี้ 1) ปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรมแต่ยังเล็ก โดยเฉพาะคุณธรรม 9 ประการ (ความมีวินัย มีสติ ความกตัญญู ความเมตตา ความอดทน ความซื่อสัตย์ ความประหยัด ความขยัน ความไม่เห็นแก่ตัว) 2) นำพุทธธรรมและสมบัติผู้ดีมาใช้เป็นหลักในการเลี้ยงดูเด็ก 3) ฝึกพัฒนาเด็กทางจิตใจให้มีความสงบผ่อนคลายโดยการทำสมาธิ

สรุป

เมื่อบุตรยังเล็กเป็นเด็กเยาว์วัย บิดามารดา เมตตา รักใคร่เอาใจใส่ ให้นมเลี้ยงให้เจริญเติบโต เมื่อบุตรเจ็บไข้ เกิดมีทุกข์ภัย บิดา มารดา กรุณา ห่วงใยปกป้องรักษา หาทางบำบัดแก้ไข เมื่อบุตรเจริญวัยเป็นหนุ่มเป็นสาวสวยสง่า บิดามารดามุทิตา พลอยปลาบปลื้มใจ หรือหวังให้บุตรงามสดใสนานนานเท่านั้น

การจะอบรมเลี้ยงดูและพัฒนาให้เด็กเจริญเติบโตเป็นทรัพยากรที่มีคุณภาพของสังคมนั้น บุคคลแรกที่ทำให้การเอาใจใส่ดูแลอย่างใกล้ชิด คือ พ่อ แม่ บทบาทของพ่อแม่ที่มีต่อบุตร คือ การให้ความรัก ความอบอุ่น การดูแลเอาใจใส่ ตั้งแต่แรกเกิดนั้นจะช่วยให้เด็กเติบโตทางร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม ได้อย่างเต็มที่

การอบรมเลี้ยงดูที่บิดา มารดามีต่อบุตร คือ การอบรมเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนและการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล บิดามารดา ควรให้ออกาสบุตรได้ตัดสินใจเองว่าควรทำหรือไม่เปิดโอกาสให้เด็กเป็นตัวของตัวเองบ่อยครั้ง การอบรมเลี้ยงดูบุตรใน 2 รูปแบบจะส่งเสริมพฤติกรรมจริยธรรมแก่บุตรได้มากกว่า ในขณะที่เดียวกันผู้ที่อบรมเลี้ยงดู ควรเป็นคนมีจริยธรรม เพราะเด็กจะมีพฤติกรรมเลียนแบบผู้อบรมเลี้ยงดู

วัยรุ่น คือวัยที่จะเปลี่ยนแปลงจากวัยเด็กสู่วัยผู้ใหญ่ หรือเป็นวัยที่เข้าสู่ความเป็นหนุ่มสาว โดยพิจารณาจากเกณฑ์ทางร่างกาย ช่วงอายุและเกณฑ์ทางสังคม และเป็นวัยที่อยู่

ในช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อที่อยู่ในวัยเด็กและวัยผู้ใหญ่เป็นวัยที่มีความสำคัญมากที่จะสร้างเด็กให้เป็นบุคคลที่เติบโตขึ้นอย่างมีความสุข เป็นสมาชิกที่ดีต่อสังคม และเป็นประโยชน์ต่อประเทศชาติในอนาคต

เอกสารอ้างอิง

- แก้ว ชิตตะชบ. (2547). รวมวิชาธรรมศึกษา ชั้นตรี. กรุงเทพมหานคร: การศาสนา.
- จุไรรัตน์ แสนพงษ์. (2547). ความสัมพันธ์ระหว่างแบบแผนการอบรมเลี้ยงดูของมารดาสัมพันธ์ภาพระหว่างบิดามารดากับความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กก่อนวัยเรียน. ในวิทยานิพนธ์ปริญญาโท. มหาวิทยาลัยมหิดล.
- เฉลิมศรี ตั้งสกุลธรรม. (2544). การศึกษาเปรียบเทียบรูปแบบของการอบรมเลี้ยงดูและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของเด็กวัยรุ่นในเขตกรุงเทพมหานคร. ใน วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาให้คำปรึกษา. มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- ดวงเดือน พันธมนาวิน อรพินธ์ ชุมชม และงามตา วินทนนท์. (2528). ปัจจัยทางจิตวิทยานิเวศที่เกี่ยวข้องกับการอบรมเลี้ยงดูของมารดาไทย. รายงานการวิจัยฉบับที่ 32. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ดวงเดือน มูลกลาง. (2546). การอบรมเลี้ยงดูเด็กปฐมวัยของผู้ปกครองโรงเรียนบ้านบวกอำเภอลี้ จังหวัดลำพูน. ใน วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาประถมศึกษา. มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- หัตถดาว ลิ้มพะสุด. (2543). แบบแผนการอบรมเลี้ยงดูบุตร และสัมพันธ์ภาพในครอบครัว. ใน วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต. มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- พระเทพดิลก. (2547). ศาสนาประจำชาติ. (พิมพ์ครั้งที่ 4). กรุงเทพมหานคร: ศูนย์ส่งเสริมพระพุทธศาสนาแห่งประเทศไทย.
- พระธรรมปิฎก. (2546). คู่มือการศึกษาแนวพุทธ. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพมหานคร: กระทรวงศึกษาธิการ.

- พัชชา เจริญจันทร์. (2557). กระบวนการปรับตัวและการอบรมเลี้ยงดูบุตรของแม่วัยรุ่นที่ต้องดูแลบุตรเพียงลำพังกรณีศึกษา : ผู้ใช้บริการจากสหทัยมูลนิธิ. สักทอง : วารสารมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์, 20(1), 73-90.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- วราภรณ์ รักวิชัย. (2540). การอบรมเลี้ยงดูเด็กปฐมวัย. กรุงเทพมหานคร: แสงศิลป์การพิมพ์.
- สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช. (2543). หลักพระพุทธศาสนา. (พิมพ์ครั้งที่ 7). กรุงเทพมหานคร: ชวนพิมพ์.
- สะอาด ศรีวรรณ, สัญญา เคนาภูมิ และภักดี โพธิ์สิงห์. (2560). ความเข้มแข็งทางสังคมบนฐานสถาบันครอบครัว. วารสารสถาบันวิจัยและพัฒนา, 4(2), 93-111.
- สุชล เพ็งพันธุ์, อภิวัฒน์ พุทธจร และพระมหาจันทน์ศิริวัฒน์ (ผมไผ). (2562). การกล่อมเกลาคอครอบครัวตามหลักทศเบื้องต้น. วารสารปัญญาปนิธาน, 4(2), 36-49.
- อำไพพรรณ ปัญญาโรจน์. (2545). การอบรมเลี้ยงดูเด็กก่อนวัยเรียน. กรุงเทพมหานคร: คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี สถาบันราชภัฏจันทรเกษม.
- Rubin, R. (1967). Attainment of the maternal role: Part II. Models and referents. Nursing Research, 16(4), 342-346.