**ทำไมงานบ้านจึงมีประโยชน์ต่อเด็กๆ**

**โดย นีล เอมัส School Director**

สวัสดีครับคุณผู้อ่านทุกท่าน เมื่อไม่นานมานี้ผมได้อ่านบทความเขียนโดย เจนนิเฟอร์ วอลเลซ ในวารสารวอลล์สตรีท ซึ่งเธอได้เขียนไว้ว่า “มีผู้ปกครองในปัจจุบันจำนวน 82% ที่เคยทำงานบ้านในวัยเด็ก แต่ผู้ปกครองเพียง 28% เท่านั้นที่คาดหวังให้ลูกทำงานบ้านเหมือนที่ตนเคยทำ”**[[1]](#footnote-2)** ผมไม่ต้องการเป็นหนึ่งใน 28% นั้น จึงได้ตัดสินใจให้ลูกสาวทั้งสองคนมีส่วนร่วมรับผิดชอบในงานบ้านมากขึ้น คุณผู้อ่านครับ....มันช่างเหมือนกับการประกาศสงครามกับลูกๆ เลยครับ เด็ก ๆ ออกอาการอิดออด ต่อรอง หาข้ออ้างสารพัดอย่างเพื่อที่จะเลี่ยงการทำงานบ้าน เชื่อไหมครับว่าทุกวันนี้ผมก็ยังต้องสู้รบกับลูกสาวทั้งสองคนอยู่บ้างในบางวัน แต่ผมไม่ยอมแพ้ง่าย ๆ ครับ เนื่องจากงานวิจัยในปัจจุบันแสดงให้เห็นว่ามันคุ้มค่ามากจริง ๆ หากผมสามารถทำได้สำเร็จ เพราะผลประโยชน์ที่ลูก ๆ จะได้รับนั้นมันมีความสำคัญเป็นอย่างมากต่อการมีชีวิตที่ดีในอนาคต

ริชาร์ด เรนด์ (นักจิตวิทยาด้านพัฒนาการ) กล่าวว่า “ผู้ปกครองสมัยนี้ต้องการให้ลูกของตนใช้เวลากับสิ่งต่าง ๆ ที่จะนำมาซึ่งความสำเร็จ แต่เป็นเรื่องน่าขบขัน ที่เรากลับไม่ยอมให้ลูก ๆ ทำสิ่งหนึ่งที่ได้รับการพิสูจน์แล้วว่าเป็นตัวพยากรณ์ถึงการประสบความสำเร็จของลูก นั่นก็คือ การทำงานบ้าน”

การสรรหากิจกรรมนอกบ้านเพื่อทดแทนเวลาว่างให้กับลูก ๆ มีแนวโน้มที่จะเพิ่มมากขึ้นเรื่อย ๆ ในขณะที่การให้ความสำคัญกับเรื่องการทำงานบ้านลดน้อยลง จากผลงานวิจัยโดย ดร. มาร์ตี้ รอสส์แมน มหาวิทยาลัยมินนิโซตา พบว่าเด็กในวัยหนุ่มสาวที่เคยทำงานบ้านตั้งแต่อายุ 3-4 ขวบ มีแนวโน้มที่จะมีความสัมพันธ์ที่ดีกับครอบครัวและเพื่อน ๆ และมักจะเป็นเด็กที่เรียนดี ประสบความสำเร็จในอาชีพการงาน สามารถพึ่งพาตนเองได้เมื่อเทียบกับเด็ก ๆ ที่ไม่เคยต้องทำงานบ้าน ดร. รอสส์แมน เชื่อมั่นว่าการทำงานบ้านช่วยให้เด็กสามารถสร้างการเรียนรู้อย่างยั่งยืน มีความรับผิดชอบและรู้จักการพึ่งพาตนเอง

การฝึกเป็นผู้มีน้ำใจและทำตัวเป็นประโยชน์ที่บ้านนั้น ถือเป็นการสร้างความเอาใจใส่ การเห็นอกเห็นใจผู้อื่นซึ่งจะนำไปสู่​ความสุข พระอาจารย์ชยสาโร ภิกขุ ยังชี้ให้เห็นว่า ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ความมีน้ำใจโอบอ้อมอารีถือเป็นรากฐานที่สำคัญในการปลูกฝังเรื่องความเป็นอยู่ที่ดีให้กับตนเองและผู้อื่น ซึ่งนั่นคือเหตุผลที่ *จาคะ* จึงเป็นหนึ่งในคุณธรรม 12 ประการของทางโรงเรียน จาคะนั้นเปรียบเสมือนตัวเร่งปฏิกิริยาสำหรับมิตรภาพอันอบอุ่นของครอบครัวและสังคม เพราะ ‘’บางสิ่งที่เล็กน้อยสามารถยกระดับความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัวให้เป็นกลุ่มที่ปฏิบัติต่อกันด้วยความเอื้ออาทร” จากข้อเขียนของพระอาจารย์ชยสาโร ภิกขุ

แน่นอนครับ! ภาคทฤษฎีนั้นมักจะฟังดูดีและง่ายเสมอ แต่ผู้ปกครองหลายท่านคงจะทราบกันดีอยู่แล้วว่าภาคปฏิบัตินั้นมันคนละเรื่องกันเลยทีเดียว! ไม่ง่ายครับที่เราจะสามารถทำให้ลูก ๆ สนุกกับการทำงานบ้านคนเดียว แต่ก็ไม่ยากจนเกินความสามารถของผู้ปกครองอย่างแน่นอนครับ เพียงแค่เราใช้ความเมตตา ความอ่อนโยนบวกกับความแน่วแน่และตั้งมั่น เราก็จะสามารถทำได้ในที่สุด ทุกวันนี้ผมเห็นได้ว่าลูก ๆ ของผมเริ่มยอมรับการทำงานบ้านมากขึ้น ผมเคยได้ยินลูก ๆ ผมร้องเพลงไปทำงานไป แต่ก็มีบ้างในบางครั้งที่เจ้าตัวแสบทั้งสองรวมหัวกันต่อต้าน แสดงอาการอิดออด ไม่อยากทำงานบ้าน ซึ่งนั่นผมคิดว่ามันก็เป็นเรื่องธรรมดาของ เด็ก ๆ ครับ

และนี่คือเคล็ดลับที่จะทำให้ลูก ๆ ของคุณลุกขึ้นมาช่วยงานบ้าน

**จัดตารางเวลาทำงานบ้าน** ตารางเวลาทำงานบ้านที่เด็ก ๆ ทำขึ้นมาเองแบบมีช่องให้ขีดเครื่องหมายถูกในแต่ละวันนั้น จะช่วยให้เด็ก ๆ รู้สึกถึงความสำเร็จของตนเอง ทั้งยังเป็นเครื่องมือที่ใช้ในการช่วยเตือนที่สังเกตเห็นได้ง่ายและเด็ก ๆ จะได้ทราบว่ายังมีงานอะไรอีกบ้างที่พวกเขาต้องทำให้เสร็จตามตาราง

**กิจกรรมนอกบ้านมีความจำเป็นมากขนาดนั้นเลยหรือไม่** หากเราให้ความสำคัญกับการทำงานบ้านก่อนเป็นอันดับแรก ลูก ๆ ของคุณก็จะเห็นความสำคัญของการทำงานบ้านด้วยเช่นกัน แทนที่เราจะพูดถึงแต่กิจกรรมนอกบ้าน เช่น การไปชมภาพยนตร์ การไปเที่ยวสวนสนุกและการเรียนเสริมหลังเลิกเรียนกับลูก เราควรพูดถึงความสำคัญของงานบ้านด้วยเช่นกัน

**เริ่มจากงานง่าย ๆ ก่อนแล้วค่อยป้อนความสนุกตื่นเต้น** ในช่วงแรก เราควรเริ่มให้เด็กทำงานง่าย ๆ และสามารถทำได้ด้วยตนเอง หลังจากนั้นเราค่อย ๆ เพิ่มงานที่ยากขึ้นและสร้างความสนุกตื่นเต้นให้กับเด็ก ๆ เช่น สอนให้เรียนรู้วิธีการใช้เครื่องซักผ้า เป็นต้น

**หลีกเลี่ยงการให้ของรางวัลและการลงโทษ** การให้สัญญากับเด็ก ๆ ว่าเขาจะได้กินไอศกรีมหรือได้เงินไปซื้อขนมเมื่อทำงานบ้านเสร็จนั้น ไม่เป็นการพัฒนาแรงจูงใจภายในที่แท้จริงให้กับเด็ก ๆ ผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่า ผลตอบแทนภายนอกหรือการให้รางวัลนั้นจะทำให้แรงจูงใจภายในที่แท้จริงของเด็กลดลง ยกตัวอย่างเช่น การพูดว่า “พอหนูทำงานบ้านเสร็จปุ๊บ เราก็จะออกไปเที่ยวสวนสาธารณะด้วยกันทันทีเลยนะครับ” ดีกว่าการพูดว่า “หากหนูไม่ยอมทำงานบ้าน หนูก็จะอดไปเที่ยวสวนสาธารณะ” ประโยคแรกแสดงให้เด็กรับรู้ถึงผลที่จะตามมาตามธรรมชาติ ส่วนประโยคที่สองนั้นแสดงให้เด็กรับรู้ถึงการขู่บังคับหรือการลงโทษ ซึ่งอาจจะนำไปสู่ความโกรธ ไม่พอใจและทำงานบ้านอย่างไม่เต็มใจและมีอคติ

**สมาชิกในครอบครัวได้รับประโยชน์ร่วมกัน** คุณธรรมเรื่องจาคะและความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นจะพัฒนาขึ้น หากสมาชิกทุกคนในครอบครัวได้รับประโยชน์จากการทำงานบ้านนั้น ๆ เช่น การซักผ้า รีดผ้า หรือการให้อาหารสัตว์เลี้ยง เราไม่ควรให้เด็ก ๆ ทำแต่งานบ้านที่เกิดประโยชน์กับตนเองเท่านั้น เช่น การทำความสะอาดห้องนอน เตียงนอนของตน เราควรพูดอธิบายถึงงานบ้านต่าง ๆ ว่าเป็นงานของทุกคนในครอบครัว เป็นการดูแลซึ่งกันและกัน แทนที่เราจะพูดว่า “งาน....และงาน....เป็นงานของลูกนะ” เราควรพูดว่า “งาน....และงาน....เป็นงานของพวกเราทุกคนภายในบ้าน”

**พูดให้ลูกทราบเสมอว่า “เขาคือผู้ช่วยเหลือ” ดีกว่าการพูดว่า “เขากำลังช่วยงาน”** ผลงานวิจัยแสดงให้เห็นว่าพ่อแม่สามารถกระตุ้นแรงจูงใจเด็ก ๆ ได้โดยการใช้แนวคิดในเรื่องการทำตนให้เป็นประโยชน์ หรือ การสร้างพฤติกรรมเชิงบวก (เอกสารอ้างอิง—being known as someone who helps.)**[[2]](#footnote-3)**

**เพิ่มทางเลือก** การให้ลูก ๆ ได้มีส่วนร่วมในการเลือกงานบ้านด้วยตนเอง จะช่วยให้พวกเขาอยากมีส่วนร่วมและรับผิดชอบมากขึ้น

**อย่าทำให้ “งานบ้าน” เป็น “งานน่าเบื่อ”!** หากตัวคุณเองยังเผลอบ่นเรื่องงานบ้านต่าง ๆ ให้ลูกได้ยินว่า “นี่ก็ต้องทำ นั่นก็ยังไม่เสร็จ โอ้ย.... เดี๋ยวทำนี่เสร็จแล้วก็ต้องไปทำโน่นต่อ” แน่นอนครับว่าเด็ก ๆ ก็จะบ่นอิดออดเช่นเดียวกับคุณเมื่อถึงเวลาที่พวกเขาต้องทำงานบ้าน การทำตัวเป็นแบบอย่างที่ดี การแสดงทัศนคติที่ดีต่อการทำงานบ้านจะเป็นกำลังใจที่ดีที่สุดสำหรับลูก ๆ นะครับ

**ปฏิบัติตามตารางเวลาอย่างสม่ำเสมอ** หากเราไม่หมั่นตรวจสอบตารางเวลาการทำงานของลูกหรือติดตามผลงานอย่างสม่ำเสมอ จะทำให้เด็ก ๆ คิดว่าพวกเขาจะทำงานบ้านเมื่อใดก็ได้ เราควรให้เด็ก ๆ ทำงานให้เสร็จตรงตามตารางเวลาที่ได้ตกลงกันไว้ ซึ่งในบางครั้งอาจจะมีเหตุการณ์ เช่น เพื่อนของลูกเรามาชวนกันออกไปเล่นนอกบ้าน เราก็ควรให้ลูกทำงานบ้านให้เสร็จเรียบร้อยตามตารางเวลาก่อนที่จะออกไปเล่นนอกบ้านกับเพื่อน ๆ ได้

**ให้ความช่วยเหลือลูกได้บ้างในบางครั้ง!** หากเราเห็นว่าลูก ๆ กำลังเผชิญกับปัญหาหรืออุปสรรคที่ยากในขณะทำงาน เราสามารถพูดกับเขาได้ว่า “อืม... นี่มันอาจจะยากเกินไปสำหรับหนูนะ เดี๋ยวให้คุณพ่อช่วยทำนะครับ พอเสร็จเรียบร้อยแล้วเราค่อยออกไปเที่ยวนอกบ้านกันนะครับ” ไม่แน่นะครับว่าการปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับลูก ๆ ในเรื่องการให้ความช่วยเหลือผู้อื่น จะส่งผลให้เราได้เห็นในวันข้างหน้า เมื่อเราต้องทำงานที่ยากและไม่ถนัด ลูก ๆ อาจจะวิ่งเข้ามาหาและยื่นมือให้ความช่วยเหลือเราบ้างก็เป็นไปได้นะครับ

1. See Why Children Need to Do Chores by Jennifer Wallace in the Wall Street Journal [↑](#footnote-ref-2)
2. **Ibid.** [↑](#footnote-ref-3)