

บ้านแตก แต่ใจไม่สลาย Broken home, but not broken heart

คำนำ

ดิฉันเคยอ่านบทสัมภาษณ์ของวัยรุ่นอเมริกันคนหนึ่งเกี่ยวกับการหย่าร้าง เขากล่าวว่า “เมื่อพ่อแม่หย่ากัน ผมคิดว่า พระอาทิตย์คงจะไม่ส่องแสงอีก แต่จริงๆ แล้วมันยังคงส่องแสงอยู่”

เป็นคำพูดที่กินใจทีเดียว สำหรับเด็ก ๆ จำนวนมาก เมื่อชีวิตครอบครัวสิ้นสุดลง มันเหมือนกับพระอาทิตย์ดับ ต้องอยู่ในโลกมืด และไม่รู้ว่าจะอนาคตจะเป็นอย่างไร

สำหรับเด็กหลายคน ชีวิตก็ยังคงอยู่ในโลกมืดต่อไปจนกระทั่งเติบโตเป็นผู้ใหญ่ แต่ก็มีเด็กอีกมากมายที่โลกของเขาสามารถสว่างขึ้นได้อีกครั้งหนึ่ง พระอาทิตย์ส่องแสงอีกครั้งหนึ่ง และอาจเจิดจ้าขึ้นกว่าเดิม อาจเป็นด้วยความแข็งแกร่งในตัวของเขาเอง หรือความพยายามของพ่อแม่หรือผู้ใหญ่คนอื่นที่รักเขา ที่ช่วยประคับประคองเขา ให้ผ่านพ้นวิกฤตินี้มาได้

มีงานวิจัยจำนวนมากเกี่ยวกับการหย่าร้างในช่วง 30 ปีที่ผ่านมา งานวิจัยเหล่านี้ช่วยให้เรามีความชัดเจนขึ้นว่า การหย่าร้าง มีผลกระทบต่อเด็กอย่างไร มีปัจจัยอะไรที่จะช่วยให้เด็กดำเนินชีวิตไปได้ดีพอ และพ่อแม่จะช่วยลูกได้อย่างไร

ในการทำงานตลอด 20 ปีของดิฉัน สิ่งที่ทำให้ดิฉันเศร้าใจมากที่สุดก็คือการหย่าร้างของพ่อแม่ เด็กส่วนใหญ่ที่มาหาดิฉันนั้น อยู่ในสภาพที่หัวใจสลาย ที่ว่าหัวใจสลายก็เพราะพ่อแม่จัดการกับการหย่าร้างไม่ถูกวิธี

แค่บ้านแตกก็ทุกข์ทรมานมากพออยู่แล้ว แต่นี่ยังต้องมาหัวใจสลายอีก ลองคิดดูสิคะว่า ความทุกข์ที่เด็ก ๆ ได้รับนั้น จะมากสักเพียงใด

สิ่งดีที่เด็กทำได้ก็คือร้องไห้ เขาไม่รู้ว่าจะแก้ปัญหาของตนเองอย่างไร

เด็กหลายคนอาจไม่แสดงผลกระทบดังกล่าวชัดเจน แต่ผลนั้นยังอยู่ บาดแผลนั้นอาจไม่เจ็บปวดมาก แต่มันก็อยู่ตรงนั้น ... ในชีวิตของเขา และมีผลต่อเขาจนโต ไม่มากนักน้อย

หน้าที่ที่ดิฉันต้องทำอยู่แทบทุกเมื่อเชื่อก็คือ การซ่อมหัวใจให้เด็ก ๆ ขอบอกคุณตรงนี้ด้วยความสัตย์จริงว่า มันเป็นงาน ยากมากทีเดียว

ดิฉันจึงเขียนหนังสือเล่มนี้ขึ้นมาสำหรับพ่อแม่และผู้ปกครอง เพื่อช่วยแนะนำคุณว่า คุณจะช่วยดูแลหัวใจของลูกหลานที่คุณรักได้อย่างไร เพื่อไม่ให้หัวใจนั้นแตกสลาย เพราะบางครั้งหัวใจที่แตกสลายก็ไม่อาจจะซ่อมแซมได้

หนังสือเล่มนี้เขียนขึ้นจากประสบการณ์ งานวิจัยที่ดีฉันทำและงานวิจัยอื่น ๆ ที่ทำในต่างประเทศ โดยเฉพาะสหรัฐอเมริกา ซึ่งเป็นประเทศที่มีอัตราการหย่าสูงที่สุดในโลก

แม้จะต่างวัฒนธรรมกัน แต่ปัญหามันก็เป็นปัญหาของเด็กทั่วโลก เราสามารถใช้บทสรุปหลายอย่าง จากการศึกษาในต่างประเทศเพื่อมาช่วยดูแลเด็กของเรา ทั้งนี้เพราะเด็กทุกคนทั่วโลกเหมือนกันคือ ต้องการความรัก ความมั่นคงในชีวิต และผู้ที่ให้เขา ได้ดีที่สุดก็คือ พ่อแม่ของเขานั่นเอง

ดิฉันหวังว่าเมื่อคุณซึ่งเป็นพ่อแม่หรือผู้ปกครองได้อ่านหนังสือเล่มนี้แล้ว คุณจะมีความเข้าใจที่ถูกต้องว่าเด็ก ๆ ต้องการความช่วยเหลืออย่างไร และคุณคงจะพยายามทำให้ดีที่สุดเพื่อลูกหลานของคุณ

แม้บ้านแตก แต่ใจไม่จำเป็นต้องสลายก็ได้คะ

ด้วยความปรารถนาดี

อุมาพร ตรังคสมบัติ

หมายเหตุ แม้คุณจะได้ไม่มีปัญหาหย่าร้าง แต่การอ่านหนังสือเล่มนี้จะเป็นประโยชน์อย่างยิ่ง เพราะมันจะทำให้คุณเข้าใจ **โลกภายใน** อันเปราะบางของเด็ก รวมทั้งกลไกในจิตใจที่เกิดขึ้นเมื่อชีวิตประสบความ ตึงเครียด ความรู้นี้จะช่วยให้คุณช่วยเหลือลูกยามที่ต้องเผชิญกับปัญหาได้ดีขึ้น

ดิฉันเขียนหนังสือเล่มนี้ขึ้นเพื่อเป็นความรู้สำหรับผู้ปกครองเท่านั้น มิได้มีวัตถุประสงค์ที่จะให้คำปรึกษาเป็นส่วนตัว หากผู้ใดต้องการคำปรึกษาเป็นพิเศษ กรุณาติดต่อจิตแพทย์ท่านอื่น