

เข้าใจไป เข้าใจเรา เข้าใจกัน



ความขัดแย้งต่างๆ ที่เกิดขึ้น ไม่ว่าจะเป็นความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่ลูก คู่รัก เพื่อนบ้าน เพื่อนร่วมงาน หรือแม้แต่ความขัดแย้งในระดับประเทศ ล้วนเป็นเพราะคนเราต่างยึดมั่นในความคิดความเชื่อของตัวเอง จนลืมมองไปว่า คนจำนวนมากมายารอบตัวเรานั้นต่างก็มีชุดความคิดความเชื่อของเขาเอง เช่นกัน ซึ่งอาจจะเป็นชุดเดียวกันหรือต่างกับเราก็ได้

แล้วจะอย่างไรเราถึงจะลดความขัดแย้ง และอยู่ร่วมกันท่ามกลางความต่างนี้ได้อย่างมีความสุข

การแสวงหาความสัมพันธ์ที่ราบรื่นนี้เอง ทำให้คนจำนวนไม่น้อยหันมาศึกษาศาสตร์ที่ช่วยให้เราเข้าใจตนเองและผู้อื่นมากขึ้น โดยแต่ละศาสตร์เหล่านั้นจะพาเราไปพบกับธรรมชาติที่แตกต่างในคนแต่ละคน ซึ่งมีผลต่อความรู้สึกนึกคิด บุคลิกนิสัย และการกระทำต่างๆ ของคนเรา

ศาสตร์หนึ่งที่มีคนสนใจศึกษากันมากทั้งในบ้านเราและต่างประเทศ คือ นพลักษณ์ (Enneagram) องค์ความรู้โบราณที่ผสมผสานกับหลักจิตวิทยาสมัยใหม่ ซึ่งแบ่งคนในโลกนี้ออกเป็น 9 ลักษณะ หรือ 9 ลักษณะ โดยคนแต่ละลักษณะก็จะมีจุดแข็งและจุดอ่อนแตกต่างกันไป และด้วยลักษณะที่ต่างต่างกันนี้เองทำให้แม้อยู่ในเหตุการณ์ สถานที่ และเวลาเดียวกัน แต่คนทั้ง 9 ลักษณะก็จะรู้สึกนึกคิดและแสดงออกต่อเหตุการณ์นั้นแตกต่างกันไป หรือบางครั้งอาจแสดงออกเหมือนกัน แต่ก็ต่างด้วยเจตนา

ตัวอย่างเช่น เวลาแม่เรียกลูกทานข้าวเมื่อถึงเวลาอาหาร ลูกลักษณะห้า (นักสังเกตการณ์) ผู้มีโลกส่วนตัวสูงอาจรู้สึกหงุดหงิดรำคาญใจ แต่ลูกลักษณะสอง (ผู้ให้) ซึ่งต้องการความรักความเอาใจใส่ จะยินดีมีความสุขมาก และจะรู้สึกน้อยใจถ้าแม่ไม่มาเรียกทานข้าว (สนใจศึกษาเรื่องนพลักษณ์เพิ่มเติม คลิกไปที่เว็บไซต์สมาคมพลักษณ์ไทย www.enneagramthailand.org)



อีกศาสตร์หนึ่งที่น่าสนใจนำมาใช้ในการบริหารจัดการสมัยใหม่คือ ทฤษฎีสัตว์สี่ทิศ ที่แบ่งคนแต่ละกลุ่มออกเป็นสัตว์ 4 ชนิดประจำทิศทั้งสี่ ประกอบด้วย ทิศเหนือ : กระต่าย มีลักษณะเป็นนักปฏิบัติ มุ่งมั่น ขอบลงมือทำ ทิศใต้ : หนู นักประสาน มีเมตตา อ่อนโยน ทิศตะวันออก : อินทรี นักวางแผน อิสระ ชอบเรื่องแปลกใหม่ ทิศตะวันตก : หมู นักคิด นักอ่าน ชอบทำอะไรตามขั้นตอน และกฎเกณฑ์

ตามทฤษฎีสัตว์สี่ทิศนี้ สัตว์ที่อยู่ทิศตรงข้ามมักจะมีความขัดแย้งกัน เพราะให้คุณค่าในเรื่องที่ต่างกัน แต่อย่างไรก็ตามโดยธรรมชาติแล้วเราทุกคนล้วนมีความเป็นสัตว์ทั้งสี่อยู่ในตัว เพียงแต่จะมีสัตว์ชนิดใดชนิดหนึ่งที่เป็นบุคลิกหรืออุปนิสัยโดดเด่นซึ่งแสดงความเป็นตัวตนของคนนั้นๆ การศึกษาเรื่องสัตว์สี่ทิศนี้ จึงไม่เพียงมุ่งหมายให้เรามองเห็นตัวเอง และเข้าใจคนอื่นที่มีธรรมชาติต่างจากเราเท่านั้น แต่ยังมีมุ่งหมายให้เราฝึกฝนจนกระทั่งมีคุณสมบัติด้านบวกของสัตว์ชนิดอื่นเพิ่มขึ้น หรือก็คือมีความเป็นสัตว์ทั้งสี่ชนิดอยู่ในตัวเราอย่างสมดุลนั่นเอง

เช่นเดียวกับศาสตร์นพลักษณ์ที่เชื่อว่า เราแต่ละคนนั้นมีลักษณะประจำตัวที่จะอยู่กับเราทั้งชีวิต แต่การเรียนรู้และประสบการณ์ที่เพิ่มขึ้นตามวัย จะช่วยให้เราค่อยๆ ปรับสมดุลในตัวเอง จนสามารถก้าวออกจากความเคยชินด้านลบ แล้วคลี่คลายจนเกิดคุณลักษณะของลักษณะอื่นเพิ่มเข้ามา เพื่อความสุขทั้งของตัวเองและผู้อื่น การปรับสมดุลนี้เองที่ทำให้คนอายุน้อยๆ สามารถระบุลักษณะของตัวเองได้ชัดเจน ขณะที่คนวัย 30 ปีขึ้นไปจะพบคุณลักษณะของหลายลักษณะอยู่ในตัวจนยากจะบอกได้ว่าตนเป็นคนลักษณะใด

Parent's Tips

คุณพ่อคุณแม่ลองหาเวลาทบทวนตัวเอง โดยอาจจะเลือกใช้ศาสตร์นพลักษณ์หรือสัตว์สี่ทิศนี้เป็นแว่นตามองย้อนดูตัวว่าเราเป็นคนอย่างไร จะพัฒนาตัวเองอย่างไรให้ชีวิตมีความสุขมากขึ้น โดยไม่นำความเป็นตัวเองไปตั้งความคาดหวังกับลูก แต่มองให้ลึกเข้าไปจนเห็นธรรมชาติที่แท้จริงของลูก และช่วยให้ลูกค่อยๆ พัฒนาจุดแข็ง คลี่คลายจุดอ่อน เพื่อให้เขาค่อยๆ สร้างสมดุลในตัวเองต่อไป



โรงเรียนเพลินพัฒนา

เปิดสอนตั้งแต่ชั้นเตรียมอนุบาล-มัธยมปลาย

33/39-40 ถ.สวนผัก เขตทวีวัฒนา กรุงเทพฯ 10170 โทร. 0-2885-2670-5

www.plearnpattana.com



การศึกษาศาสตร์เหล่านี้จึงไม่ใช่เพื่อให้เรา ยึดมั่นถือมั่นในความเป็นตัวตนของเรา แล้วเรียกร้องให้คนอื่นยอมรับหรือเข้าใจในสิ่งที่เราเป็น แต่มุ่งหมายให้เรามองเห็นตัวเองอย่างลึกซึ้ง นั่นคือ มองเห็นทั้งจุดแข็งและจุดอ่อน แล้วนำจุดแข็งไปใช้ในทางที่สร้างสรรค์ คลี่คลายจุดอ่อนของตัวเองไปสู่ความดีงาม พร้อมไปกับยอมรับในความต่างของผู้อื่นด้วยใจเมตตา ซึ่งจะทำให้เราสามารถจัดการชีวิตส่วนตัว ชีวิตการทำงาน และความสัมพันธ์กับผู้อื่นได้อย่างราบรื่น

พ่อแม่เข้าใจลูก ครูเข้าใจนักเรียน เพื่อนร่วมงานเข้าใจกัน เป็นการเรียนรู้เพื่อเข้าใจ (ตัว) เรา เข้าใจเขา เพื่อที่เราจะได้เข้าใจกันและกัน อันจะนำไปสู่ความรัก ความเมตตา และความสุข ทั้งของตัวเองและผู้คนรอบ

