

ปัญหาและมุมมอง โดย Min Sen Dhama

จากเหตุการณ์ของ COVID ในประเทศจีนทำให้ชาวจีนต้องมาอยู่ด้วยกันที่บ้าน ทำงานที่บ้าน ช่วงแรกหลายครอบครัวมีความสุขกับการอยู่บ้าน เหมือนได้พักผ่อน แต่การที่ต้องอยู่ร่วมกัน 24 ชั่วโมง นานถึง 2 เดือน หน่วยราชการจีนพบว่าหลังจากคลายล็อกดาวน์ในวันที่ 1 มีนาคม 2563 การหย่าร้างในเมืองซีอานเพิ่มสูงขึ้นกว่าปกติ อาจจะมาจากการต้องอยู่ด้วยกันนาน ๆ จำเป็นต้องมีการบริหารจัดการความแตกต่างระหว่างกัน ซึ่งในภาวะปกติไม่ต้องพบกันอย่างน้อย 8 ชั่วโมงต่อวัน ข้อแนะนำในกรณีนี้คือ ควรเริ่มจากการยอมรับความแตกต่างของแต่ละคน ไม่ควรตั้งสมมติฐานว่าอีกฝ่ายจะคิดเหมือนตนเองในทุก ๆ เรื่อง เพราะหากคิดเช่นนั้นแล้วจะเริ่มหงุดหงิด และอารมณ์เสียได้ง่าย และถ้าอีกฝ่ายหนึ่งทำสิ่งที่ขัดกับสิ่งที่ตนเองต้องการก็จะคับข้องใจอย่างมาก

นอกจากนี้การสื่อสารระหว่างกันมากขึ้น หรือตกลงร่วมกันในประเด็นที่สำคัญในการใช้ชีวิตด้วยกัน การดูแลบ้าน การทำงานของแต่ละฝ่าย กำหนดตารางในแต่ละวันร่วมกัน การจัดการเวลาที่ไม่ต้องการให้ใครรบกวนเพื่อจะมีสมาธิในการทำงาน หรือมีพื้นที่เพียงพอ ที่อีกฝ่ายไม่ควรเข้าไปรบกวนถ้าไม่จำเป็น

แต่ในเมืองไทย ในกรณีที่เป็นครอบครัวเชิงซ้อน การมีลูกหลาน หรือมีญาติหลายคนเข้ามาช่วยด้วย ปัญหาต่าง ๆ ย่อมมีความซับซ้อน และการแก้ปัญหาในมุมมองของแต่ละคนย่อมแตกต่างกันออกไป กรณีที่เกิดขึ้น มาจาก หลานเล็กที่หยุดเรียน ก็มาเล่นที่บ้านนานวันขึ้น คุณปู่คุณย่า ที่ต้องการความเงียบสงบในบ้าน ก็เริ่มหงุดหงิด และคุณพ่อที่ไม่ได้ออกไปทำงาน ก็เริ่มจะหงุดหงิดกับกิจกรรมต่าง ๆ คุณแม่ที่พยายามทำกิจกรรมเสริมรายได้ในบ้าน เช่นทำขนม ขายของออนไลน์ และก็มีคนมารับของ และการส่งของด้วยการตกถึง ทำให้มีเสียงรบกวนคุณปู่คุณย่ามากยิ่งขึ้น รวมถึงเวลาของคุณแม่ก็จะลดน้อยลงที่จะดูแลลูก ๆ ของตน จึงเป็นเรื่องที่พี่เลี้ยงที่ดูแลเด็ก และต้องช่วยงานที่บ้านต้องจัดการมากขึ้น หากมีคุณตา คุณยาย ที่เข้ามาช่วยในฉากด้วยก็จะยิ่งเพิ่มความซับซ้อนเข้าไปอีก

การแสดงออกด้วยการใช้เสียงโดยคุณปู่ คุณย่าในการหยุดการกระทำของเด็ก ๆ อาจจะเป็นหนทางหนึ่งที่หลายครอบครัวใช้ รวมถึงการลงมือลงไม้บ้างในบางกรณี ซึ่งเป็นวิธีการในการปราบความซนในมุมมองของผู้ใหญ่ และขณะเดียวกันนั้น การใช้เสียงก็ส่งผลกระทบต่อคุณพ่อ และคุณแม่ และในทางกลับกัน การใช้เสียงหรือลงมือของคุณพ่อ คุณแม่ อาจกระทบกับความรู้สึกของคุณปู่คุณย่า ที่อาจจะมองว่าทำเกินกว่าเหตุ และก่อให้เกิดความอึดอัด คับข้องใจในครอบครัว และผลกระทบต่อหน้า อาจจะไปลงที่พี่เลี้ยง กลายเป็นผู้ที่ไม่ได้ดูแลเด็ก ๆ ให้ดี เนื่องจากพี่เลี้ยงอยู่ในสถานะที่โต้ตอบได้ยาก หากมีคำถามว่า ในสถานการณ์นี้ ควรจะทำอย่างไรเพื่อให้เหตุการณ์ดีขึ้น

เหตุการณ์ต่าง ๆ จะดีขึ้นได้ บางครั้งไม่ต้องทำอะไรที่ภายนอกเลย เพียงแค่เรากลับมามองดูตัวเอง ว่าเรามีบทบาทอย่างไร และยอมรับในความคิดเห็นและการกระทำที่แตกต่างของแต่ละคน ความรู้สึกเป็นทุกขันธ์ก็จะคลายตัวลงได้เอง แต่หากจะแก้ไขปัญหาก็แท้จริงแล้วนั้น ควรจะต้องกลับมาดูว่า ปัญหานี้เกิดจากใคร และใครเป็นผู้ได้รับผลกระทบ และเราเองให้ความสนใจกับเรื่องใด เพราะปัญหาที่เกิดจากใคร บางครั้งก็ไปแก้ไขเขาไม่ได้ แต่อาจจะไปช่วยบรรเทาความเดือดร้อนของผู้ที่ได้รับผลกระทบได้ โดยที่เราเองนั้นเป็นผู้เข้าไปดำเนินการ แทนการที่จะบอกให้ใครไปทำ ผลที่เกิดขึ้น

เราเองอาจจะเดือร้อนกายเล็กน้อย แต่ใจเราย่อมเป็นสุขขึ้น เพราะหากไปคาดหวังให้คนอื่น ทำในสิ่งที่เราอยากให้เขา
ทำแล้ว เราจะยิ่งทุกข์ร้อนเพิ่มพูนทวีขึ้นอีก

การแก้ปัญหาเป็นเรื่องของมุมมองของแต่ละคน และเมื่อมุมมองเปลี่ยน ปัญหาก็เปลี่ยน ปัญหาของเรา อาจจะไม่ใช่อ
ปัญหาของเขา ดังนั้นการแก้ปัญหาของเรา พึ่งแก้ด้วยตัวเรา เริ่มด้วยความเข้าใจในปัญหา และดูว่าผลกระทบอย่างไร
และเราต้องการจะไปทำอะไร แต่อย่าลืมว่า การที่เรากระทำนั้นย่อมกระทบกับอีกหลายคน ซึ่งอาจจะมีปัญหาอื่นซ้ำซ้อน
มาอีก แต่ถ้าเราไม่พยายามให้กระทบคนอื่นมากนัก ปัญหาต่าง ๆ ก็จะคลายตัวลง

ขอความสวัสดีจงมีแก่ทุกคนครับ

