

ช่วยกันสร้างคนดีให้บ้านเมือง

ครอบครัว คุณธรรม



ช่วยกันสร้างคนดีให้บ้านเมือง

ครอบครัวคุณธรรม

พิมพ์ครั้งที่ 1 ตุลาคม 2559 จำนวน 3,000 เล่ม

พิมพ์ครั้งที่ 2 ธันวาคม 2559 จำนวน 3,000 เล่ม

เจ้าของ

ศูนย์โรงเรียนคุณธรรม มูลนิธิยุวสถิรคุณ

โดยการสนับสนุนของสำนักงานทรัพย์สินส่วนพระมหากษัตริย์

ที่ปรึกษา

ศาสตราจารย์เกียรติคุณ นายแพทย์เกษม วัฒนชัย

นายปราโมทย์ โชติมงคล

องคมนตรี และประธานกรรมการมูลนิธิยุวสถิรคุณ

ผู้อำนวยการศูนย์โรงเรียนคุณธรรม มูลนิธิยุวสถิรคุณ

คณะทำงานฯ

รองศาสตราจารย์ปัทมาวดี วีระกิตติ

นางฉลวยลักษณ์ สิ้นประเสริฐ

นางสาวณิชา มูนจินดา

นางสาวจิตติมา เรืองเดชสุวรรณ

นางสาวชลธิชา หงษ์เวียงจันทร์

รองผู้อำนวยการศูนย์โรงเรียนคุณธรรม มูลนิธิยุวสถิรคุณ

ที่ปรึกษาศูนย์โรงเรียนคุณธรรม มูลนิธิยุวสถิรคุณ

นักวิชาการศูนย์โรงเรียนคุณธรรม มูลนิธิยุวสถิรคุณ

นักวิชาการศูนย์โรงเรียนคุณธรรม มูลนิธิยุวสถิรคุณ

นักวิชาการศูนย์โรงเรียนคุณธรรม มูลนิธิยุวสถิรคุณ

รูปเล่ม นายวัฒนสินธุ์ สุวรรตานนท์

พิมพ์ที่ บริษัท สหมิตรพรินติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด

คำนำ

ชมรมคนรักในหลวง มูลนิธิบุคคลพอเพียง มีเจตนาดีที่จะสร้างระบบครอบครัวคุณธรรมขึ้น โดยมีเป้าประสงค์เพื่อให้ครอบครัวไทยมั่นคง อบอุ่น และเป็นสุข จึงได้หารือกับมูลนิธิยุวสถิรคุณ โดยเฉพาะที่ศูนย์โรงเรียนคุณธรรม อันมีคุณปราโมทย์ โชติมงคล เป็นผู้อำนวยการศูนย์โรงเรียนคุณธรรมนี้ได้ก่อตั้งขึ้นตั้งแต่ พ.ศ.2557 ได้น้อมเกล้าน้อมกระหม่อมรับปฏิบัติตามพระราชประสงค์ในพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช

“ให้โรงเรียนสร้างคนดีให้บ้านเมือง”

ปัจจุบันศูนย์โรงเรียนคุณธรรม มูลนิธิยุวสถิรคุณ ได้ทำงานสนองนโยบายของกระทรวงศึกษาธิการ โดยนำเอาหลักการและขั้นตอนการปฏิบัติของโรงเรียนคุณธรรมไปเผยแพร่ให้แก่สถานศึกษาประเภทต่างๆ ในสังกัดของกระทรวงศึกษาธิการ

สำหรับโครงการครอบครัวคุณธรรมนี้ ชมรมคนรักในหลวงจะได้นำเอารูปแบบและแนวปฏิบัติของโรงเรียนไปประยุกต์ใช้สำหรับครอบครัวไทยในจังหวัดต่างๆ เราหวังว่าเมื่อได้ปฏิบัติไปแล้วสักระยะหนึ่งจะได้มีการสรุปบทเรียนและปรับปรุงกระบวนการเพื่อจะได้นำไปเผยแพร่ได้อย่างทั่วถึงและเป็นประโยชน์มากยิ่งขึ้น

ศ.เกียรติคุณ นพ.เกษม วัฒนชัย องคมนตรี
ประธานกรรมการมูลนิธิยุวสถิรคุณ

“

เด็ก

เป็นผู้ที่ได้รับช่วงทุกสิ่งทุกอย่าง
ต่อจากผู้ใหญ่
ดังนั้นเด็กทุกคนจึงสมควร
และจำเป็นที่จะต้องได้รับการอบรมเลี้ยงดู
อย่างถูกต้อง เหมาะสม
ให้มีศรัทธามั่นคงในคุณงามความดี
มีความประพฤติเรียบร้อย สุจริต
และมีปัญญาฉลาดแจ่มใสในเหตุผล

”

พระบรมราชาโฆวาท พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช
พระราชทานแก่นักเรียน นักศึกษา ครูและอาจารย์

27 ตุลาคม 2516



รู้จักศูนย์โรงเรียนคุณธรรม มูลนิธิยุวสถิรคุณ

ศูนย์โรงเรียนคุณธรรม เป็นหน่วยงานภายใต้มูลนิธิยุวสถิรคุณ ซึ่งจัดตั้งขึ้นเมื่อมกราคม 2557 โดยการสนับสนุนของสำนักงานทรัพย์สินส่วนพระมหากษัตริย์ มีศาสตราจารย์เกียรติคุณ นายแพทย์เกษม วัฒนชัย องคมนตรีเป็นประธานกรรมการมูลนิธิยุวสถิรคุณ

ศูนย์โรงเรียนคุณธรรม มีเป้าประสงค์ที่มุ่งน้อมปฏิบัติตามพระราชกระแสรับสั่งของพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช ซึ่งพระราชทานให้กับคณะองคมนตรี ในการจัดตั้งกองทุนการศึกษา เมื่อปี 2555 ว่า “ให้โรงเรียนสร้างคนดีให้บ้านเมือง” ภารกิจส่วนใหญ่ของศูนย์ฯ จึงดำเนินงานร่วมกับโรงเรียนต่างๆ ในการพัฒนาโรงเรียนเข้าสู่โรงเรียนคุณธรรม เช่น สร้างความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับคุณธรรมจริยธรรม พัฒนาศักยภาพครู และนักเรียนแกนนำในการจัดกิจกรรมส่งเสริมความดีในโรงเรียน และให้ความร่วมมือกับภาคีเครือข่ายของโรงเรียน เพื่อให้ผู้ปกครอง ครอบครัว ชุมชน สังคมที่เกี่ยวข้องกับโรงเรียนร่วมกันสร้างคนดีให้บ้านเมือง

ลักษณะของ ครอบครัวที่ดี



ครอบครัว หมายถึง กลุ่มบุคคลที่มีความผูกพันและใช้ชีวิตร่วมกัน ทำหน้าที่เป็นสถาบันสังคมหลัก เป็นแกนกลาง และเป็นรากฐานสำคัญยิ่งต่อการพัฒนา และดำรงชีวิต ก่อให้เกิดความมั่นคง ทั้งทางเศรษฐกิจ สังคม การเมือง เป็นหน่วยย่อยที่สุดที่ให้การอนุบาล ดูแลเลี้ยงดูเด็กตั้งแต่เกิด ให้การศึกษา และอบรม จนโตขึ้นเป็นสมาชิกที่มีคุณภาพของสังคม



ครอบครัวที่ดี

สมาชิกในครอบครัวควรมีชีวิตที่มีความสุขมีสุขภาพดี ทั้งทางกายและจิตใจ ดังนี้

- 1 คนในครอบครัว มีสุขภาพดี รู้จักดูแลสุขภาพอนามัยที่อยู่อาศัย สะอาดและถูกสุขลักษณะ
- 2 คนในครอบครัวมีความรักใคร่ กลมเกลียว ห่วงใยช่วยเหลือเกื้อกูล มีความเข้าใจซึ่งกันและกัน รู้จักรับฟังความคิดเห็นของคนอื่น และร่วมกันแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์
- 3 รู้จักเสียสละไม่เห็นแก่ตัว
- 4 มีความซื่อสัตย์และไว้วางใจกัน ให้เกียรติซึ่งกันและกัน
- 5 ทำกิจกรรมร่วมกันอยู่เสมอ เพื่อสร้างความอบอุ่น และความสามัคคีภายในครอบครัว
- 6 สมาชิกในครอบครัว มีความรับผิดชอบ ประกอบอาชีพสุจริต รู้จักประหยัดและอดออม
- 7 หัวหน้าครอบครัวต้องทำตนเป็นแบบอย่าง มีคุณธรรม เลี้ยงดูสมาชิกในครอบครัวให้เป็นคนดี
- 8 หัวหน้าครอบครัวควรถ่ายทอดการเรียนรู้และภูมิปัญญา และส่งเสริมให้ได้รับการศึกษา
- 9 สมาชิกในครอบครัวบำเพ็ญตนเป็นประโยชน์ต่อสังคม
- 10 สมาชิกในครอบครัว เคารพกฎหมาย เคารพสิทธิของผู้อื่นและสิทธิสาธารณะ รวมทั้งปฏิบัติตามเพื่อส่งเสริมการปกครองในระบอบประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุข



คุณธรรมจริยธรรม หมายถึง ภาวะจิตใจที่เมื่อแสดงออกเป็นความประพฤติแล้ว สังคมตัดสินได้ว่าเป็นจริยะที่ดี ถ้าใจเราคิดดี คิดจริงและคิดงาม และประพฤติออกมาดี จริง งาม แสดงว่าคนๆ นั้นมีคุณธรรม แต่ถ้าใจคิดชั่ว คิดไม่จริง (เท็จ) คิดไม่งาม ก็จะมี ความประพฤติชั่ว เท็จ และไม่งาม ซึ่งเราก็จะเรียกว่าคนไม่มีคุณธรรม ดังนั้น สังคมจึงต้อง สร้างเครื่องตัดสินว่า อะไรคือดี จริง งาม

คุณธรรม คือ ธรรมที่เป็นคุณหรือสภาพคุณงามความดี เริ่มตั้งแต่ความนึกคิด ความปรารถนา ความตั้งใจ คนที่มีคุณธรรม เมื่อคิดดีแล้ว ย่อมแสดงพฤติกรรมคือคำพูดและการกระทำที่ปรากฏออกมาแล้ว สังคมตัดสินว่า ดี จริง และงาม คนที่ไม่มีคุณธรรม เมื่อคิดชั่วแล้ว ย่อมแสดงพฤติกรรมคือ คำพูดและการกระทำที่ปรากฏออกมาแล้ว สังคมตัดสินว่า เลว เท็จ อัปลักษณ์

จริยธรรม แปลว่า ธรรมที่เป็นข้อประพฤติปฏิบัติหรือศีลธรรม หมายถึงคำพูดและการกระทำ หรือพฤติกรรมบ่งชี้เชิงบวก คือเป็นประโยชน์และสร้างความสุข

คุณธรรมคำคุณไทย

คุณธรรมจริยธรรมที่จำเป็นสำหรับสังคมไทย มี 10 ประการ ดังนี้

1. ความพอเพียง หมายถึง การดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ซึ่งพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช ได้พระราชทานให้แก่ปวงชนชาวไทย เพื่อให้คนไทยอยู่อย่างมีความสุข ประกอบด้วย 5 เรื่อง เชื่อมโยงกันอย่างเป็นระบบซึ่งต้องกระทำพร้อมกันทุกเรื่อง ดังนี้



ความพอเพียงจึงเป็นจุดรวมของคุณธรรมทั้งหมด

คุณธรรมคำคุณไทย

2.

ความเมตตา กรุณา
หมายถึงความรักใคร่เอ็นดู
ปรารถนาให้ผู้อื่นเป็นสุข
คิดจะช่วยให้ผู้อื่นพ้นทุกข์

3.

ความกตัญญูกตเวทิตะ
หมายถึง ความรู้สึกสำนึก
ในบุญคุณและการตอบแทน
บุญคุณ

5. **ความเสียสละ**

หมายถึง การรู้จักแบ่งปัน เห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวมโดยไม่หวังผลตอบแทน

4.

ความซื่อสัตย์ ซื่อตรง
หมายถึง ความประพฤติที่จริงใจ
ไม่คดโกง ไม่หลอกลวง ไม่ทำผิดทั้ง
ต่อหน้าและลับหลัง



6.

ความมีวินัย

หมายถึง การรู้จักควบคุมตนเองให้ประพฤติปฏิบัติและยึดมั่นในระเบียบแบบแผนข้อบังคับข้อปฏิบัติ

8.

ความรับผิดชอบ

หมายถึง การปฏิบัติหน้าที่ด้วยความมุ่งมั่นตั้งใจ ทั้งที่เป็นภารกิจส่วนตัว และภารกิจทางสังคม จะต้องกระทำให้บรรลุความสำเร็จตามความมุ่งหมายอย่างเต็มความสามารถ และ ยอมรับผล การกระทำทั้งผลดีและผลเสียที่เกิดขึ้น ทั้งพยายามปรับปรุงการปฏิบัติหน้าที่ให้ดียิ่งขึ้น

9.

ความขยัน

หมายถึง ความตั้งใจเพียรพยายามปฏิบัติหน้าที่การทำงานที่สุจริตอย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอ อดทน ไม่ท้อถอยเมื่อพบอุปสรรค และใช้สติปัญญาแก้ปัญหาจนเกิดผลสำเร็จ

7.

ความอดทน อดกลั้น

หมายถึง ความมั่นคงหนักแน่นทั้งทางกาย วาจา และใจ โดยไม่ย่อท้อต่อปัญหา

10.

ความมีสติ

หมายถึง ความระลึกได้ ความไม่เผลอ การคุมจิต ระงับยับยั้งใจไม่ให้เลินเล่อ

ความสำคัญของการสร้าง ครอบครัวคุณธรรม



ครอบครัวคุณธรรม หมายถึง กลุ่มบุคคลที่มีความผูกพันและใช้ชีวิตร่วมกัน ให้การเลี้ยงดู ให้การศึกษา อบรม บ่มเพาะให้ประพฤติปฏิบัติในสิ่งที่ดีงามจนเป็นนิสัย ช่วยเหลือเกื้อกูล เป็นแบบอย่างที่ดีต่อกัน ตลอดจนให้ความรอบรู้ในการประกอบอาชีพที่ถูกต้อง เป็นประโยชน์ต่อตนเองและสังคม

ครอบครัว เป็นสถาบันหลักที่สำคัญยิ่งในการปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรม ดังคำกล่าวที่ว่า “พ่อแม่เป็นผู้แสดงโลกแก่ลูก” (พระพรหมคุณาภรณ์, 2552) “พ่อแม่เป็นครูคนแรกของลูก” ครอบครัวเป็นโรงเรียนขนาดเล็กที่สุดของชาติ แสดงให้เห็นว่า พ่อแม่และครอบครัวเป็นสิ่งสำคัญที่สุดต่อชีวิตและจิตใจของลูก โดยทำหน้าที่ เป็นทั้ง “ต้นแบบด้านคุณธรรม” และเป็น “ครูคนแรก” ของลูกในบ้าน ซึ่งเปรียบเสมือนโรงเรียนหลังแรกที่อบรมบ่มเพาะคุณธรรมจริยธรรมให้แก่ลูก

ครอบครัวเป็นสิ่งแวดล้อมแรกของชีวิตเด็ก การรับรู้เรื่องราวต่างๆ ผ่านประสาทสัมผัสทั้ง 6 อัน ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจของเด็กจะทำให้เด็กคิด ตัดสินใจ และเลือกจะทำหรือไม่ทำ เลือกตัดสินใจว่าจะอะไรสำคัญหรือไม่สำคัญ ซึ่งเด็กจะแสดงออกมาในรูปแบบของ การคิดดี พุดดี ทำดี เด็กจึงรู้จักโลกควบคู่กับคุณธรรมตั้งแต่ต้นของชีวิต

กระบวนการและปัจจัยความสำเร็จ ในการปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรม ในครอบครัวคุณธรรมไทย



มีพ่อ แม่ และครอบครัวเป็นต้นแบบที่ดี ทั้งความคิด คำพูดและ การกระทำ ประพฤติตนเป็นแบบอย่างที่ดี ศรัทธาในความดี ไม่เกี่ยวข้อง อบรมฯ สมองของเด็กจะเรียนรู้และจดจำ โดยทำตามแบบอย่างที่ได้เห็น และได้ยิน



ในครอบครัวมีบุคคลที่เด็กรักและผูกพัน การสอนที่มีการเชื่อมโยง เปรียบเทียบสถานการณ์ต่างๆ ทำให้มีความเข้าใจที่ลึกซึ้ง เด็กจะเกิดความรู้สึกร่วมเห็นอกเห็นใจ เข้าใจได้มากกว่า ประสบการณ์ความมีชีวิตใน ครอบครัวเดียวกัน จะเป็นฐานการจดจำที่ดีนำไปสู่นิสัยการปฏิบัติที่ดี



มีรูปแบบการทำซ้ำ และสม่ำเสมอ ด้วยวิธีการหลากหลายในหลาย สถานการณ์ การปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรมที่ได้ผลดีที่สุด ควรทำตั้งแต่อายุ ไม่เกิน 6 ปี

กระบวนการและปัจจัยความสำเร็จ ในการปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรม ในครอบครัวคุณธรรมไทย



จัดสภาพแวดล้อมให้ลงมือปฏิบัติในวิถีการดำเนินชีวิตประจำวัน การบ่มเพาะคุณธรรมที่ดีที่สุด คือการกระทำผ่านชีวิตประจำวัน โดยมีพ่อแม่เป็นผู้ชี้แนะและทำให้ดูเป็นตัวอย่าง



การให้แรงเสริม ให้กำลังใจ ที่เหมาะสมและสม่ำเสมอ ยืนเคียงข้างร่วมทำกิจกรรมด้วยให้ได้กรู๊สีกอบอุ้ม



มีสัมพันธ์ภาพที่ดี ระหว่างสมาชิกในครอบครัว การมีโอกาสดำเนินกิจกรรมร่วมกัน การกำหนดบทบาทหน้าที่ให้เด็ก ๆ เพื่อฝึกความรับผิดชอบ ความมีวินัย

6 ขั้นตอนของการสร้างครอบครัวคุณธรรม



6

ขั้นตอนของการสร้างครอบครัวคุณธรรม

ขั้นตอนที่

1

สร้างการรับรู้และยอมรับจากทุกคนในครอบครัว ว่า

- 1.1 เราจะร่วมกันคิดปรับปรุงครอบครัวให้ดีขึ้น
- 1.2 เราจะร่วมกันปฏิบัติให้เกิดผลสำเร็จ

ขั้นตอนที่

2

ระดมความคิดเพื่อจัดทำบัญชีพฤติกรรม 2 บัญชี

- 2.1 ทุกคนในครอบครัวร่วมกันระดมความคิด เพื่อจัดทำ บัญชีที่ 1 รวบรวมพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ ในรอบ 2 - 3 ปี ที่ผ่านมา เพื่อให้ทุกคนรับรู้ “ข้อบกพร่อง” ของครอบครัว
- 2.2 ทุกคนในครอบครัวร่วมกันระดมความคิด เพื่อจัดทำ บัญชีที่ 2 รวบรวมพฤติกรรมที่พึงประสงค์ที่ต้องการให้เกิดขึ้นในครอบครัวของเราใน 12 เดือนข้างหน้า เพื่อให้ทุกคนรับรู้ถึง “ความปรารถนา” ร่วมกันในการพัฒนาครอบครัวในปีต่อไป

ขั้นตอนที่ 3

ร่วมกันกำหนด “คุณธรรมหลัก”

- 3.1 ทุกคนในครอบครัวร่วมกันระดมความคิด เพื่อกำหนด “คุณธรรมหลัก” ที่แต่ละคนเชื่อว่าจะช่วยลดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ในบัญชีที่ 1 และ เพิ่มพฤติกรรมที่พึงประสงค์ในบัญชีที่ 2
- 3.2 ให้กำหนด “คุณธรรมหลัก 3 คุณธรรม” โดยเลือกจากคุณธรรมหลักที่ร่วมกันคิดในข้อ 3.1 เพื่อใช้เป็นคุณธรรมหลักของครอบครัว ในการปฏิบัติในรอบปีนี้ เช่น ซื่อสัตย์ รับผิดชอบ และพอเพียง

แปลงคุณธรรมหลักเป็นแนวปฏิบัติ

ทุกคนในครอบครัวร่วมกันระดมความคิด เพื่อ “แปลงคุณธรรมหลัก 3 คุณธรรม” เป็น “แนวปฏิบัติ” ดังตารางตัวอย่าง

ขั้นตอนที่ 4

คุณธรรมหลัก	แนวปฏิบัติ		
	พ่อ	แม่	ลูก
ซื่อสัตย์	- เคารพกฎของครอบครัว - ไม่สร้างหนี้	- พูดความจริงเสมอ - ไม่เล่นการพนัน	- กลับบ้านตรงเวลา - ไม่ขาดเรียน
รับผิดชอบ	- ปรับปรุงบ้านให้ปลอดภัย น่าอยู่ - ดูแลค่าใช้จ่ายของครอบครัว	- ใช้จ่ายประหยัด - จัดบ้านสะอาด สบายงาม น่าอยู่	- เก็บของเข้าที่เป็นระเบียบ - ช่วยทำงานบ้านที่มอบหมายให้ครบ
พอเพียง	- ใช้จ่ายประหยัด - จัดการแยกขยะเพื่อเพิ่มรายได้	- ใช้จ่ายที่จำเป็น - ทำบัญชีครัวเรือน	- เก็บออมเงิน - ซ่อมแซมของใช้ส่วนตัว

ขั้นตอนที่

5

ลงมือปฏิบัติทั้งครอบครัว

- 5.1 ผู้นำครอบครัวประกาศข้อตกลงของครอบครัวที่จะปฏิบัติตามคุณธรรมทั้ง 3 ข้อ ให้ทุกคนรับรู้และถือปฏิบัติ
- 5.2 ต้องมีการประชุมครอบครัวเป็นระยะๆ (อย่างน้อยทุกเดือน) เพื่อทำความเข้าใจและหารือข้อดี หรือ ข้อขัดข้องต่างๆ เพื่อร่วมกันปรับปรุงแก้ไข

ขั้นตอนที่

6

ประเมินผล

- 6.1 ทุกคนในครอบครัวประเมินผล “พฤติกรรมที่เปลี่ยนไป จากบัญชีที่ 1 และ 2”
- 6.2 ทุกคนในครอบครัวประเมินผลกระทบที่เกิดขึ้นแก่ครอบครัว
 - 1) ความสัมพันธ์รักใคร่ในครอบครัวเพิ่มขึ้น
 - 2) ความสุขความสำเร็จของสมาชิก
 - 3) การลดหนี้ และเพิ่มเงินออม
 - 4) อื่นๆ



กิจกรรมส่งเสริมความดี

ครอบครัวมีบุคคลที่มีความสัมพันธ์กันอย่างลึกซึ้ง มีความผูกพันทางจิตใจ ชีวิตครอบครัวมีโอกาสของการอยู่ร่วมกัน ทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกันอยู่เป็นประจำวัน การปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรมจึงทำได้โดยกำหนดกิจวัตรประจำวันในบ้าน ให้เด็กมีส่วนร่วม ให้เด็กได้ลงมือทำด้วยตนเองในวิถีการดำเนินชีวิตประจำวัน ทำอย่างสม่ำเสมอ ฝึกฝนให้เกิดความเคยชินจนติดเป็นนิสัย



กิจกรรมการทำงานบ้าน

ครอบครัวมีบุคคลที่มีความสัมพันธ์กันอย่างลึกซึ้ง มีความผูกพันทางจิตใจ ชีวิตครอบครัวมีโอกาสของการอยู่ร่วมกันทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกันอยู่เป็นประจำวัน การปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรมจึงทำได้โดยกำหนดกิจวัตรประจำวันในบ้าน ให้เด็กมีส่วนร่วม ให้เด็กได้ลงมือทำด้วยตนเองในวิถีการดำเนินชีวิตประจำวันทำอย่างสม่ำเสมอ ฝึกฝนให้เกิดความเคยชินจนติดเป็นนิสัย ครอบครัวมีบุคคลที่มีความสัมพันธ์กันอย่างลึกซึ้ง มีความผูกพันทางจิตใจ ชีวิตครอบครัวมีโอกาสของการอยู่ร่วมกันทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกันอยู่เป็นประจำวัน การปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรมจึงทำได้โดยกำหนดกิจวัตรประจำวัน

ในบ้าน ให้เด็กมีส่วนร่วม ให้เด็กได้ลงมือทำด้วยตนเองในวิถีการดำเนินชีวิตประจำวันทำอย่างสม่ำเสมอ ฝึกฝนให้เกิดความเคยชินจนติดเป็นนิสัย

การทำงานบ้านเป็นการฝึกความรับผิดชอบตนเองของเด็ก เด็กจะเกิดการเรียนรู้ มีประสบการณ์ แก้ปัญหา ฝึกทักษะ ได้ลองผิดลองถูก เกิดความมั่นใจ และได้รับความสุขจากสิ่งที่ทำ เป้าหมายในการมอบหมายหน้าที่ทำงานบ้าน ไม่ใช่ความสำเร็จ หากแต่เป็นการฝึกฝนเด็ก ให้พัฒนาตนเองด้วยคุณธรรมจริยธรรมในความเป็นมนุษย์

ผู้ปกครองควรเป็นต้นแบบด้วยการทำงานบ้านร่วมกันกับเด็ก โดยแบ่งหน้าที่ให้ชัดเจน ทำและติดตามงานอย่างสม่ำเสมอ โดยกำหนดตามเวลาที่เหมาะสม ในระหว่างทำงานบ้านร่วมกัน ผู้ปกครองควรสอดแทรกวิธีคิดควบคู่ไปกับการทำงาน ด้วยการชักชวนพูดคุยชี้ให้เห็นต้นแบบด้านคุณธรรมจริยธรรมจากการทำงานร่วมกันของสมาชิกในครอบครัว หลังการทำกิจกรรมร่วมกันเสร็จสิ้น เด็กควรได้รับคำชม และ/หรือ สิทธิพิเศษเสริมหลังจากการทำงานบ้านบ้าง เพื่อให้เด็กเกิดความภูมิใจ และรู้สึกถึงคุณค่าของงานนั้นๆ มากขึ้น



กิจกรรมการทำการบ้าน

การเรียนรู้และทบทวนการบ้านเป็นกิจกรรมที่เด็กมักหลีกเลี่ยง ไม่ค่อยอยากทำด้วยตัวเอง อยู่บ้านเด็กมักอยากเล่นสนุกสนานที่ไม่เกี่ยวกับการเรียน ดังนั้นการวางแผนกิจกรรมการเรียน เขียน อ่าน จึงต้องฝึกจนเป็นนิสัย เพื่อสร้างให้เด็กเกิดความอดทน และความมั่นใจ

ผู้ปกครองเป็นต้นแบบช่วยสอนการบ้าน ทบทวนหนังสือ มีสื่อ หนังสือ หรือกิจกรรมเสริม และชี้แนะโดยนำประเด็นคุณธรรมจริยธรรมเข้าเชื่อมโยงกับวิชาการเรียนการสอนเมื่อทำบ่อยๆ โดยกำหนดให้เป็นตารางประจำทุกวัน เด็กจะเกิดความเคยชิน เหมือนเป็นส่วนหนึ่งในชีวิตประจำวัน โดยหลังจากเด็กทำการบ้านเสร็จควรได้รับคำชม และ/หรือสิทธิพิเศษ เพื่อให้เด็กเกิดความภูมิใจกับสิ่งที่ตนทำ



กิจกรรมเล่นติ๊กตอก

ปัญหาเด็กติดเกม ติดรายการโทรทัศน์เป็นปัญหาใหญ่ของครอบครัว ผู้ปกครองจึงควรกำหนดตารางเวลาในการทำกิจกรรมต่างๆ อย่างเหมาะสมตั้งแต่ต้น โดยผ่านการตกลงร่วมกันระหว่างผู้ปกครองและเด็ก พร้อมการจัดสภาพแวดล้อมให้เหมาะสมด้วย

พ่อแม่ต้องเป็นต้นแบบที่ดี กำหนดตารางการใช้เวลาเป็นประจำ พร้อมสอดแทรกความรู้ด้านคุณธรรมจริยธรรม และควรมีการชมเชยเมื่อเด็กปฏิบัติได้ตามที่กำหนด



กิจกรรมส่งเสริมระเบียบวินัย

การสร้างระเบียบวินัยและความรับผิดชอบให้กับเด็กทำได้ด้วยการสร้างบรรยากาศของบ้านให้เป็นบ้านที่มีระเบียบ มีความสะอาด ปลอดภัย สวยงาม น่าอยู่ เช่น ฝึกให้เด็กเก็บของเล่นให้เป็นที่ตั้งกฎของบ้านด้านความเป็นระเบียบเรียบร้อย เป็นต้น

พ่อแม่ต้องเป็นต้นแบบที่ดี มีการเตือนและแนะนำให้ปฏิบัติสิ่งที่ต้องการอย่างสม่ำเสมอ และเด็กควรได้รับคำชม ทั้งนี้ควรมีการบ่มเพาะวิธีคิดควบคู่ไปกับการปฏิบัติ เพื่อให้เด็กเห็นคุณค่า และความสำคัญของความมีระเบียบวินัยและความรับผิดชอบ



กิจกรรมมืออาหารอึ้งใจ

กิจกรรมการทำอาหารร่วมกัน เป็นกิจกรรมที่ช่วยฝึกคุณธรรมจริยธรรมให้กับเด็กหลายด้าน โดยเริ่มจากการวางแผนการซื้ออาหารของครอบครัวพ่อแม่สอนเรื่องระเบียบวินัยในการจัดเก็บข้าวของในครัว และเมื่อไปจ่ายตลาดพ่อแม่ควรให้คำชี้แนะเรื่องการเลือกซื้อของ พร้อมทั้งสอดแทรกคุณธรรมจริยธรรมเข้าไปด้วย เช่น สินค้าที่เป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อม ผู้ผลิตต้องมีคุณธรรมจริยธรรม เป็นต้น หลังจากนั้นพ่อแม่และเด็กต้องร่วมกันทำกับข้าว โดยมีการแบ่งหน้าที่ และพูดคุยสอดแทรกเรื่องราวความผูกพันของครอบครัว เช่น ตำราอาหารของคุณยาย เป็นต้น



กิจกรรมส่งเสริมการแยกขยะ

ความพอเพียงของการใช้ทรัพยากรอย่างรู้คุณค่าที่ทำได้ในครัวเรือน คือ การแยกขยะเพื่อนำกลับมา “รีไซเคิล” ใหม่ หรือการนำไปขาย เพื่อการสร้างรายได้ ส่วนขยะที่ไม่สามารถนำกลับมาใช้ใหม่ได้จริง ก็ฝึกให้ รู้จักการจัดการที่เหมาะสม เช่น การฝังกลบขยะในครัวเรือน เป็นการสร้าง วินัย และความรับผิดชอบต่อสิ่งแวดล้อม

ทั้งนี้พ่อแม่ควรบ่มเพาะวิธีคิดควบคู่ไปกับการปฏิบัติ ด้วยการชักชวน พูดคุยขณะทำกิจกรรมร่วมกันในประเด็นต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง เช่น ขยะกับ เศรษฐกิจ ขยะกับสิ่งแวดล้อม ความพอเพียง การพึ่งตนเอง ที่มาของขยะ ภาวะโลกร้อน ฯลฯ



กิจกรรมส่งเสริมการประหยัด

การฝึกให้เด็กได้รับทราบค่าใช้จ่ายในบ้าน เช่น ค่าน้ำ ค่าไฟ ด้วยการดู ใบเรียกเก็บเงินค่าน้ำ ค่าไฟแต่ละเดือนร่วมกัน แล้วประเมินสิ่งต่างๆ ที่ทำให้ค่าใช้จ่ายต่างๆ ของครอบครัวแพงขึ้น ร่วมกันกำหนดเป้าหมายว่า ครอบครัวควรมีค่าใช้จ่ายใดบ้างที่ต้องลดลง และหาหนทางแก้ไขด้วยกัน เป็นการฝึกฝนความมีวินัย และความรับผิดชอบต่อกิจวัตรของตนเอง

พ่อแม่ควรบ่มเพาะวิธีคิดควบคู่ไปกับการปฏิบัติ ด้วยการชักชวนพูด คุยขณะทำกิจกรรมร่วมกันในประเด็นต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง เช่น การใช้ชีวิต แบบพอเพียง การประหยัดพลังงาน เชื่อมโยงกับภาวะโลกร้อน ฯลฯ

เรียบเรียงจาก

ศ.เกียรติคุณ นพ.เกษม วัฒนชัย องคมนตรี. (2557). โรงเรียนคุณธรรม. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ. ศูนย์โรงเรียนคุณธรรม มูลนิธิยุวสถิรคุณ.

เขมจิรา เขษฐ์ชัยอมรกุล และคณะ โรงเรียนสตรีศรีสุริโยทัย กรุงเทพฯ มหานคร. (2550). คุณลักษณะของครอบครัวไทยที่พึงประสงค์. <http://www.thaigoodview.com/library/studentshow/2549/m3-4/no09-24-32-38/page02.html> เข้าถึงเมื่อวันที่ 24 กุมภาพันธ์ 2559

ศูนย์คุณธรรม (องค์การมหาชน). (2558). ครอบครัวคุณธรรม. สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว มหาวิทยาลัยมหิดล. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ.

ศูนย์โรงเรียนคุณธรรม มูลนิธิยุวสถิรคุณ. (2559). คู่มือวิทยากรการพัฒนาโรงเรียนคุณธรรม. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ.

ตารางคุณธรรมหลักและแนวปฏิบัติครอบครัว

คุณธรรมหลัก	แนวปฏิบัติ		
	พ่อ	แม่	ลูก

