

3 “นอกจากการสื่อสารกับคนในครอบครัวแล้ว หนูยังได้เรียนรู้เรื่องสุขภาพกายทางเพศ...”

บ้านสกุล เชียงราย

อมรพรรณ ก้าวโยธา นักศึกษามหาวิทยาลัยและสมาชิก

"บ้านสกุล" จ. เชียงราย

"แต่ก่อนหนูรู้สึกว่าการครอบครัวเราไม่อบอุ่นเท่าที่ควร ทั้งที่คุณพ่อคุณแม่ก็รักกันดี แต่หนูรู้สึกว่ามีความห่างเหินบางอย่างที่หนูมองไม่เห็นมากนักระหว่างเราและหนูไม่รู้ว่าจะทลายมันลงอย่างไร บางครั้งหนูรู้สึกเสียใจและสับสน รู้สึกว่าพ่อแม่ไม่เข้าใจหนูและหนูก็ไม่เข้าใจพวกเขา หนูมีคำถามมากมายในใจแต่ไม่กล้าถาม ทั้งที่อยู่บ้านเดียวกันแต่เหมือนห่างกันมาก แต่หลังจากที่ทุกคนมาร่วมอบรมและทำกิจกรรมที่บ้านสกุลจัดกันหลายครั้ง ทั้งครอบครัวเราก็เปลี่ยนไป เราใช้เวลาด้วยกันมากขึ้น เผยความรู้สึกต่อกันมากขึ้น กล้าพูดเปิดใจกันและคุยกันได้ทุกเรื่องแม้กระทั่งเรื่องเพศ"

"แต่ก่อนหนูเคยตั้งใจว่าทำไมแม่ถึงปล่อยให้หนูและน้องต้องรอทานข้าวเย็นเสมอ ทำไมแม่กลับมามีบ้านพร้อมความเครียดและอารมณ์เสียได้ ปรกติหนูเป็นคนทำงานบ้านทั้งหมด หนูจะล้างจานอยู่แล้วแต่วันหนึ่งที่หนูล้างเข้าไปหน่อย แม่กลับมามีระเบียบใจว่าทำไมยังไม่ล้างจาน หนูรู้สึกว่าแม่น่ากลัว เวลาเห็นหน้าแม่เครียด หนูจะไม่กล้าเข้าใกล้ เพราะกลัวแม่จะเขี่ยใจได้"

"แต่ก่อนพ่อมักกลับบ้านช้า บางทีโทรไปตามให้กลับมามีกินข้าวเย็นที่บ้าน พ่อก็ปิดมือถือหรือไม่รับสาย ทุกคนในบ้านรอทานข้าว เคยรอจนถึง 3 ทุ่ม ถ้ายังเอือมโทรติดพ่อก็มักจะบอกว่าติดงานแต่หนูก็ไม่เข้าใจว่าทำไมพ่อกลับมามีบ้านพร้อมกลิ่นเหม็น บางครั้งตอนคุยกันทางโทรศัพท์ก็ได้ยินเสียงคล้ายอยู่ในงานสังสรรค์"

ทะลายนรกแห่ง ช่วยก่อความเข้าใจ

"หลังจากที่ครอบครัวในเข้าร่วมอบรมและทำกิจกรรมที่บ้านสกุลจัดทั้งพ่อและแม่ก็เปลี่ยนไป คุณพ่อย้ายที่ทำงานมาทำงานใกล้บ้านมากขึ้น พ่อเลิกงาน 5 โมง 5 โมงครึ่งก็กลับบ้าน พ่อรู้ว่าถ้ายังอยู่ที่ทำงานเดิมก็จะเจอแต่สิ่งแฉกแฉกๆ คือเพื่อนร่วมงานชวนกินเหล้าทุกวันหลังเลิกงาน"

"เดี๋ยวนี้คุณแม่ใจเย็นมากขึ้น กลับบ้านเร็วขึ้น ดูแลสุขภาพมากขึ้นและเราได้เข้าครัวทำกับข้าวทานกันบ่อยขึ้น แต่ก่อนบางวันที่คุณแม่ยุ่งมากจะไม่ทานข้าวเลย ทานแต่กาแฟทั้งวัน บางวันมากถึง 8 แก้ว จนน้ำหนักลดลงเหลือแค่ 38 กิโลกรัม จนมีวันหนึ่งคุณแม่ต้องนอนโรงพยาบาลเพราะร่างกายขาดสารอาหารและปวดท้องเครียดลงกระเพาะ วันหนึ่งคุณแม่บังเอิญติดประชุมเวลาเดียวกัน 2 ที่ เลยให้หนูไปนั่งประชุมเรื่องชาติพันธุ์แทน หนูแค่ไปฟังอย่างเดียว 2 ชั่วโมงไม่ได้พูดอะไรเลย หนูยังเครียดปวดหัวกลับมาบ้านต้องกินยาแก้ปวดหัว ตั้งแต่นั้นมาหนูเลยเข้าใจว่าทำไมคุณแม่จึงมักเครียดกลับบ้าน"

ถ้าเปิดใจ ทุกอย่างก็ง่ายขึ้น

"ในจดหมายที่วิทยากรบ้านสกุลได้ให้ผู้ร่วมกิจกรรมทุกคนเขียนระบายความรู้สึก โดยทุกคนไม่รู้ว่าจะถูกเปิดอ่านภายหลัง คุณแม่ได้เอ่ยขอโทษหนูและน้องชายที่เครียดมาจากที่ทำงานแล้วระบายได้ถูก ส่วนคุณแม่ก็ขอโทษที่กลับบ้านช้าทำให้ทุกคนต้องรอกินข้าว ส่วนหนูเขียนตัดพ้อว่าไม่เข้าใจว่าทำไมคุณแม่ต้องทำให้พวกเราอดเสมอและทำไมคุณแม่ต้องวิ่งไล่อยู่เรื่อยๆ เราต่างคนต่างเขียนไม่ได้ขนาดกัน แต่เมื่อวิทยากรให้เปิดอ่านจึงรู้ว่าพวกเราต่างเข้าใจเรื่องเดียวกัน"



"นอกจากการสื่อสารกับคนในครอบครัวแล้ว หนูยังได้เรียนรู้เรื่องสุขภาพอนามัยทางเพศจากกิจกรรมที่จัดโดยบ้าน ๗คุณ รู้จักความเสี่ยงของการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน วิธีปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ ซึ่งหนูก็ได้นำไปใช้และได้ผล หนูคบกับแฟนโดยที่คุณพ่อคุณแม่รับรู้และสามารถเล่าปัญหาให้ท่านฟังได้ หนูรู้สึกขอบคุณโครงการฯ ที่ทำให้ครอบครัวเราใกล้ชิดกันมากขึ้น ก้าวางที่มองไม่เห็นนั้น ได้ถูกทลายไปแล้ว ตอนนี้นูหนูทราบแล้วว่า การคาดเดาความคิดหรือความรู้สึกของอีกฝ่ายอาจทำให้เข้าใจกันผิด และความเข้าใจผิดมักเกิดจากการที่ฝ่ายหนึ่งไม่ได้บอกและอีกฝ่ายหนึ่งไม่ถาม"

โครงการ "พ่อแม่สร้างสรรค์ ผู้นำใส่ใจ ร่วมสร้างภูมิป้องกันภัยการตั้งครรภ์แม่วัยรุ่น" ของบ้าน ๗คุณ (S_Cool House) มีเป้าหมายช่วยลดอัตราการตั้งครรภ์ไม่พร้อมในวัยรุ่น ในจังหวัดเชียงราย ด้วยการส่งเสริมการสร้างรากฐานครอบครัวที่อบอุ่นมั่นคง

กิจกรรม

- อบรมสุขภาพอนามัยทางเพศให้กับเยาวชน ไปจนถึงการเรียนรู้จักตัวเองในด้านร่างกาย และลักษณะนิสัย
- อบรมทักษะการสื่อสารอย่างเปิดเผยและสร้างสรรค์ระหว่างคนในครอบครัว ให้คุยกันได้ทุกเรื่องรวมถึงเรื่องเพศ เพื่อลดช่องว่างระหว่างวัย สร้างครอบครัวที่อบอุ่นและลดปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยเรียน
- เสริมสร้างความเข้าใจและความสัมพันธ์ในครอบครัว เช่นการเผยความรู้สึกขอบคุณและขอโทษที่ไม่เคยกล้าพูดต่อหน้าผ่านการเขียนจดหมาย การสลับบทบาทให้พ่อหรือแม่ทำสิ่งที่ลูกถนัด ลูกทำสิ่งที่แม่หรือพ่อดนัด เพื่อให้เข้าใจความรู้สึกของอีกฝ่าย มากกว่าการเข้าใจเชิงตรรกะเป็นต้น

