

วงจรของการสร้างพื้นที่ครอบครัวที่ปลอดภัย



พัฒนาแนวทางการดูแลที่สร้างความไว้วางใจ ความมั่นคง และความรักให้กับเด็ก

- **เริ่มจากการฟังอย่างตั้งใจ**
  การฟังโดยไม่ตัดสิน ไม่ขัดจังหวะ และไม่ใช้อารมณ์จะทำให้ลูกรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าและกล้าเปิดใจ ผู้ปกครองควรเปิดพื้นที่ให้ลูกพูดในเรื่องที่เขารู้สึก หรือสงสัย แม้จะเป็นเรื่องที่ขัดกับความคาดหวังของพ่อแม่
- **ยอมรับความแตกต่าง และเข้าใจในแต่ละช่วงวัย**
  เด็กแต่ละคนมีลักษณะเฉพาะของตนเอง ผู้ปกครองควรยอมรับในความแตกต่าง และเข้าใจว่าเด็กวัยต่าง ๆ ต้องการการดูแลไม่เหมือนกัน เช่น เด็กเล็กต้องการความอบอุ่นใกล้ชิด ในขณะที่วัยรุ่นต้องการพื้นที่และความเป็นส่วนตัว
- **ไม่ใช้ความรุนแรงในการอบรม**
  หลีกเลี่ยงการตี ดุด่า หรือประชดประชัน เพราะจะทำลายความเชื่อมั่นของเด็ก ควรใช้การพูดคุย การตั้งขอบเขต และการให้เหตุผลในการสื่อสารกับลูกแทน
- **เป็นแบบอย่างที่ดี**
  พฤติกรรมของพ่อแม่จะเป็นแบบจำลองให้ลูกเห็น เช่น การควบคุมอารมณ์ การแก้ปัญหาอย่างมีเหตุผล และการเคารพผู้อื่น ล้วนเป็นบทเรียนสำคัญที่ลูกจะเรียนรู้ผ่านการเห็นและอยู่ร่วมกันในชีวิตประจำวัน
- **สนับสนุนการเติบโตของลูก**
  ให้โอกาสลูกได้ลองผิดลองถูก ได้เลือก และได้เรียนรู้จากประสบการณ์ของตนเอง พร้อมทั้งให้กำลังใจและอยู่เคียงข้างเสมอเมื่อเขาต้องเผชิญกับความท้าทาย

- **ความมั่นคงทางอารมณ์และจิตใจ**
  เด็กจะรู้สึกว่า “บ้านคือที่ที่ปลอดภัย” ส่งผลให้มีความมั่นใจในตัวเอง ไม่กลัวการแสดงออกทางความคิดหรือความรู้สึก และสามารถจัดการกับอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม
- **ความไว้วางใจในความสัมพันธ์**
  เมื่อเด็กได้รับความรักและความเข้าใจอย่างสม่ำเสมอ เขาจะพัฒนาความไว้วางใจต่อผู้อื่น เรียนรู้การสร้างความสัมพันธ์เชิงบวกกับคนรอบข้างทั้งในครอบครัวและสังคม
- **พัฒนาการที่สมดุลทั้งกาย ใจ และสังคม**
  การดูแลด้านร่างกายควบคู่กับการดูแลด้านอารมณ์และจิตใจช่วยให้เด็กเติบโตอย่างสมดุล มีสุขภาพดี มีวินัย และเข้าใจสิทธิหน้าที่ของตนเองในสังคม
- **ทักษะการเผชิญหน้ากับความท้าทาย**
  เมื่อเด็กเติบโตในสภาพแวดล้อมที่ให้โอกาสในการเรียนรู้จากความผิดพลาดโดยไม่ถูกตัดสินอย่างรุนแรง เขาจะมี “ภูมิคุ้มกันภายใน” มีความยืดหยุ่น (resilience) และพร้อมรับมือกับความเปลี่ยนแปลงในชีวิต

การเป็นผู้ใหญ่ที่มีสุขภาวะในอนาคต เด็กที่เติบโตในพื้นที่ปลอดภัย มีแนวโน้มที่จะกลายเป็นผู้ใหญ่ที่เข้าใจตนเอง เคารพผู้อื่น กล้าคิด กล้าตัดสินใจ และมีแนวทางในการใช้ชีวิตอย่าง





Faith, Family, and Pride : A Parent's Guideline

คู่มือผู้ปกครอง เพื่อการดูแลบุตรหลานที่มีความหลากหลาย

คำนินการโดย โครงการพัฒนาศักยภาพแกนนำและสร้างสภาพแวดล้อม เพื่อหนุนเสริมงานสร้างเสริมสุขภาวะทางเพศ กาย และจิต ให้กับเยาวชนผู้มีความหลากหลายทางเพศในสามจังหวัดชายแดนใต้
รับผิดชอบโดย สมาคมเด็กและเยาวชนเพื่อสันติภาพชายแดนใต้ (กลุ่มลูกเหรียง)
สนับสนุนโดย สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ สสส. (สำนัก 2)

เคียงข้างลูก ด้วยรัก พร้อมหลักศรัทธา



“การเป็นพ่อแม่มุสลิม
คือหน้าที่อันศักดิ์สิทธิ์”

การเลี้ยงดูลูกหลานคือภารกิจอันยิ่งใหญ่ (อะมานะฮฺ) ที่เต็มไปด้วยความรักและความหวัง แต่เมื่อลูกเปิดเผยว่าเป็น LGBTQ+ พ่อแม่อาจรู้สึกสับสนหรือไม่แน่ใจว่าควรเข้าใจและสนับสนุนอย่างไร ทั้งในมิติศาสนาและสังคม หนังสือนี้ชวนให้ทบทวนว่า พ่อแม่สามารถดูแลลูกด้วยศรัทธา เมตตา และความเข้าใจ โดยไม่ละทิ้งหลักการของศาสนาอิสลาม

จุดมุ่งหมายของคู่มือ

เพื่อเสริมพลังใจและเครื่องมือ

ให้ผู้ปกครองโดยเฉพาะในพื้นที่ชายแดนใต้ สามารถดูแลบุตรหลานที่มีความหลากหลาย ทั้งบุคลิก ความสนใจ และเพศวิถี ได้อย่างเข้าใจ เห็นคุณค่า และไม่ละเลยหลักศรัทธาทางศาสนา



บ้านที่ปลอดภัย
คือพื้นที่ปลูกความมั่นใจ





กายภาพ : บ้านปลอดภัย มีกิจวัตรที่มั่นคง

อารมณ์ : สื่อสารด้วยรัก ไม่ประชด ไม่กดดัน

จิตวิญญาณ : เคารพความเป็นตัวตนของลูก

สังคม : ป้องกันการกลั่นแกล้ง ส่งเสริมศักดิ์ศรีมนุษย์

บ้านที่ปลอดภัย : เด็กที่มั่นใจและมีภูมิคุ้มกันทางใจ



เลี้ยงลูกด้วยศรัทธา
ไม่ใช่ความกลัว

เมตตา
อภัย
ใช้ปัญญาอบรม
ศาสนาพุทธ

รัก-ให้อภัย
เหมือนพระเจ้า
รักมนุษย์
ศาสนาคริสต์

ลูกคือ
"อะมานะฮฺ"
ที่ต้องดูแล
ด้วยความเมตตา
ศาสนาอิสลาม

ไม่ผลักไส แต่ประคับประคองให้กลับสู่ทางที่ดี
“อัลลอฮฺทรงเมตตายิ่งกว่ามารดาที่อุ้มลูกในครรภ์”

ทักษะครอบครัวยุคใหม่
ต้องเรียนรู้ร่วมกัน





ทักษะเหล่านี้ช่วยให้ลูก “อยู่รอด” และ “อยู่ได้ดี” ในโลกที่เปลี่ยนเร็ว

เมื่อ “ลูก” พูดเรื่อง LGBTQ+

พ่อแม่ควร...

ตั้งสติ ฟัง ไม่ตอบโต้ทันที ถามว่าลูกอยากให้เราฟังหรือให้คำแนะนำ ย้ำว่า “รักลูกเสมอ” แม้จะไม่เข้าใจหรือไม่เห็นด้วย อย่าใช้คำพูดที่ผลักไส อย่าทำให้เขารู้สึกผิดที่เป็นตัวเอง

ใช้ศรัทธาในการพูดคุยด้วยสติและเมตตา

“บททดสอบ ไม่ใช่บทลงโทษ”

“อิสลามไม่ผลักใครออกจากความเมตตาของอัลลอฮฺ และความรักของพ่อแม่ คือ อาวุธที่เข้มแข็งที่สุดในการนำลูกกลับสู่ทางดี”

“ความหลากหลายของลูก คือบททดสอบ ไม่ใช่คำพิพากษา”

บ้านหลังนี้...มียิ้ม...ให้อิ่มแปล้
เรื่องแย่แย่....แก้ไข...และไปต่อ
โอบกอดกัน...วันนี้...ไม่รีรอ
ทั้งแม่พ่อ...รอรับ...ลูกกลับคืน

