



อารมณ์ร้อน

เหตุการณ์วัยรุ่นหรือแม้แต่บุคคลทั่วไป ใช้ความรุนแรงถูกเผยแพร่ผ่านโลกออนไลน์ รวมทั้งทางสื่อสารมวลชนเป็นรายวัน ทั้งตีกัน ฆ่ากัน ทำร้ายร่างกายกัน กระทั่งทำให้เกิดคำถามว่า เกิดอะไรขึ้นกับเด็กและเยาวชนของเรา ปัญหาเกิดขึ้นจากจุดไหน ครอบครัว สถาบันการศึกษา หรือการขาดศีลธรรม ชาวอุดมศึกษาคิดเห็นเช่นไรกับเรื่องนี้

น.ส.ศศิราวรรณ มาสมเมฆ หรือน้องไบเฟิร์น นักศึกษาชั้นปีที่ 3 คณะนิเทศศาสตร์ มหาวิทยาลัยหาดใหญ่ บอกว่า วัยรุ่นทุกวันนี้ อารมณ์ร้อนมากขึ้น ที่สำคัญสื่อก็มีผลที่ทำให้

วัยรุ่นเรามีความอดทนลดลง ทั้งโซเชียลมีเดีย พอไม่พอใจอะไร ก็สามารถโพสต์ผ่านเฟซบุ๊กได้ทันที ขณะเดียวกันวัยรุ่นส่วนใหญ่ยังนิยมเที่ยวผับ บาร์ ดื่มสุรา ทำให้ขาดสติ พอเจอคำพูดอะไรที่ไม่เข้าหู ก็เกิดการทะเลาะวิวาท จนถึงขั้นสูญเสียชีวิตกันก็มี ซึ่งส่วนตัวแล้วหากเจอเหตุการณ์ที่รุนแรงไบเฟิร์นก็จะพยายามเลี่ยง ไม่ไปปะทะ หากเกิดอะไรขึ้น ไม่เพียงตัวเองเท่านั้นที่เสียใจ ให้นึกถึงพ่อแม่ให้มาก ที่สำคัญอยากให้สถาบันการศึกษาทุกแห่ง ฝึกสมาธิให้วัยรุ่นหากิจกรรมที่ฝึกความอดทนควบคุมอารมณ์ให้มากขึ้นด้วย



ศศิราวรรณ

วรายุทธ

นายวรายุทธ พ่วงสมจิตร หรือน้องเจ นักศึกษาชั้นปีที่ 4 คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร บอกว่า วัยรุ่นอารมณ์ร้อนขึ้นควบคุมตัวเองไม่ค่อยได้ และต้องการโชว์เพื่อน ที่สำคัญอาจหาได้ง่ายกว่าสมัยก่อนมาก ดังนั้น หากเจอเหตุการณ์ที่รุนแรงกดดัน ที่ต้องปะทะ หากเลี่ยงได้ก็จะเลี่ยง เพราะหากไม่เลี่ยงจะเกิดผลเสีย

มากกว่าผลดี รวมทั้งระบบการศึกษาของเราต้องหากิจกรรมให้เด็กทำ การฝึกความอดทน

ควบคุมอารมณ์ หาพื้นที่แสดงออกในสิ่งที่ถูกต้อง ขณะเดียวกันหากวัยรุ่นเราจะคิดทำอะไรที่จะทำให้เกิดอันตรายต่อตนเอง ให้นึกถึงคนที่เรารัก และพ่อแม่ให้มาก ๆ เพื่อเรียกสติให้กลับมา

ดร.วราภรณ์ เต็มแก้ว

อาจารย์ประจำกองวิชาบริหารการbin

สถาบันการbinพลเรือน บอกว่า แนวโน้มของนักศึกษาที่มีอารมณ์รุนแรงเพิ่มมากขึ้นถึง 60% โดยจะควบคุมอารมณ์ได้น้อยลง

แสดงออกทางสีหน้าอย่างรวดเร็ว

ปัจจัยสำคัญส่วนหนึ่งเกิดจาก

เทคโนโลยี สมัยก่อนเจอ

เพื่อนแบบเผชิญหน้าเฮฮา

ปาร์ตี้ แต่ปัจจุบันใช้ไลน์

เฟซบุ๊ก รวมตัวกัน การ

ไม่ได้เผชิญหน้ากันจริง

ก็สามารถแสดงอารมณ์

ผ่านโลกออนไลน์ได้ทันทีโดยที่ไม่ได้เห็นสีหน้า

ของเพื่อนว่า เราจะรู้สึกอย่างไร ทำให้เกิด

จุดบอดของอารมณ์ ส่งผลให้ติดออกมาเป็น

นิสัย และการควบคุมอารมณ์ก็จะลดลง ทั้งนี้

การแก้ปัญหาเราต้องเดิมระบบคิดวิเคราะห์

ให้เขา ต้องคอยชี้แนะว่าอะไรดีไม่ดี และ

หาตัวอย่างให้เขาเห็น ได้ถูกคิดก็น่าจะช่วย

ลดปัญหาอารมณ์รุนแรงของวัยรุ่นได้.



ดร.วราภรณ์