

ลดช่องว่างระหว่างวัยในครอบครัว

สาระนำ

ช่องว่างระหว่างวัย (Generation Gap) เป็นปัญหาที่หลายครอบครัวต้องเผชิญ โดยมักจะทำให้เกิดความไม่เข้าใจกันในครอบครัว เพราะความแตกต่างของวัย นำมาซึ่งความแตกต่างทางความคิด จึงง่ายต่อการขัดแย้งกันไม่ว่าจะเป็นพ่อแม่กับลูกวัยรุ่น นู๋ ย่าตายายกับลูกในวัยผู้ใหญ่ เป็นต้น

การลดช่องว่างระหว่างวัยจะช่วยลดปัญหาความขัดแย้ง และทำให้ ความสัมพันธ์ในครอบครัวดีขึ้น มีหลักง่ายๆ เพียงแค่เปิดใจกว้างให้ แก่กันยอมรับความแตกต่างของคนแต่ละวัยในครอบครัวและเคารพในความแตกต่างของกันและกัน รู้ จักยืดหยุ่นและให้อภัยอย่างมีเหตุผล และไม่คาดหวังจากกันและกันมากเกินไป

เครื่องมือที่จะช่วยลดช่องว่างระหว่างวัยในครอบครัวได้ ดีที่สุดนั้น คือ **ความรัก** สมาชิกทุกคนล้วนต้ององการความรักจากคนในครอบครัว ยิ่งถ้าเป็นความรักที่ไม่มีเงื่อนไข ให้อภัยกันได้ เสมอ มีความไว้วางใจ เชื่อใจ มีการแสดงออกถึงความห่วงใยและใส่ใจ ก็จะทำให้ ช่องว่างระหว่างวัยนั้นแคบเข้ามาได้

การพูดคุยกัน เป็นการสื่อสารที่อาจทำให้เกิดความเข้าใจกันมากขึ้น หรือขัดแย้งกันมากขึ้นก็ได้ แต่การพูดคุยที่ช่วยสร้างความสัมพันธ์อันดีระหว่างกันนั้นควรมีการรับฟังที่ดี เปิดโอกาสให้อีกฝ่ายหนึ่งพูด สว่างบรรยากาศในการพูดคุยไม่ให้ เคร่งเครียด มีเหตุผลที่ดีในแต่ละเรื่องที่คุยกัน มีการชมเชย ชื่นชม หรือให้กำลังใจกัน และรู้วิธีแสดงออกของความโกรธที่เหมาะสม หลีกเลี่ยงการเผชิญหน้าเมื่อต่างฝ่ายต่างโมโห

ใช้เวลาแก่กัน ว่างการทำกิจกรรมพิเศษร่วมกัน หรือแม้ แต่ได้ กินข้าวร่วมกันทุกเย็น ก็จะช่วย ให้ สมาชิกต่างวัยในครอบครัวรู้สึกอบอุ่น มีโอกาสพูดคุยแลกเปลี่ยนประสบการณ์กันและกัน รู้ สึกว่าถูกทอดทิ้งจากอีกฝ่ายหนึ่ง

แม้ ความแตกต่างระหว่างวัยอาจจะเคยทำให้ ครอบครัวมีช่องว่าง แต่คุณก็สามารถเติมเต็มช่องว่างเหล่านั้นได้ หากพยายามเข้าใจซึ่งกันและกัน

แหล่งที่มา : <https://www.goodfoodgoodlife.in.th>



ศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุบ้านธรรมปกรณ์ (เชียงใหม่)
เลขที่ ๑ ถนนมูลเมือง ตำบลพระสิงห์ อำเภอเมืองเชียงใหม่
จังหวัดเชียงใหม่ ๕๐๑๐๐

ชำระค่าฝากส่งเป็นรายเดือน
ใบอนุญาตที่ 1/2537
ไปรษณีย์โทรเลขพระสิงห์



เมื่อวันที่ 21 กุมภาพันธ์ 2557 นางอุบลวรรณ จันทรสุนทร ผู้อำนวยการศูนย์ฯ ให้การต้อนรับคณะและเจ้าหน้าที่บริษัททีโอที จำกัด (มหาชน) ที่เข้ามาจัดกิจกรรม “มอบรักแด่ผู้สูงอายุบ้านธรรมปกรณ์ (เชียงใหม่)” เนื่องในวันสถาปนา ครบรอบ 60 ปี โดยมอบของขวัญให้ผู้สูงอายุ พร้อมกับจัดเลี้ยงอาหารว่างและอาหารกลางวัน ทางศูนย์ฯ ขอขอบพระคุณ มา ณ โอกาสนี้

ศูนย์การจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุแบบสถาบัน

ศูนย์บริการผู้สูงอายุปิยะมัลย์



เมื่อวันที่ 7 กุมภาพันธ์ 2557 ศูนย์ ได้นิมนต์พระมหาอัมพร ชุตินฺธโร จากวัดสันตะยอม มาบรรยายธรรมในหัวข้อ “เดือนแห่งความรัก” เพื่อให้ผู้สูงอายุได้เข้าใจถึงความรัก ความสามัคคี และช่วยเหลือซึ่งกันและกัน และนำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน



ให้การต้อนรับและอำนวยความสะดวกคณาจารย์และนักศึกษาสาขาวิชากิจกรรมบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ จัดกิจกรรมกลุ่มนันทนาการ ออกกำลังกาย ฟีกทักษะ ความจำ พร้อมทั้งตรวจสอบสุขภาพเบื้องต้นแก่สมาชิก ประจำเดือนกุมภาพันธ์ 2557



เมื่อวันที่ 28 กุมภาพันธ์ 2557 ข้าราชการและเจ้าหน้าที่ศูนย์ บ้านธรรมปกรณ์ (เชียงใหม่) ร่วมกันทำกิจกรรม 5 ส.



เมื่อวันที่ 27 กุมภาพันธ์ 2557 อาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน (Home Care) ของศูนย์ ปิยะมัลย์เข้ารับการอบรมเชิงปฏิบัติการ เรื่อง “การดูแลผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า” จัดโดยคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ศูนย์ ๓ วิสาขาสายไยรักแห่งครอบครัว แม่เหียะฯ

ศูนย์การเรียนรู้



ศูนย์ ๓ วิสาฯ แม่เหียะฯ จัดกิจกรรมครอบครัวทะเลลอนทัวร์สานสัมพันธ์ วิสาขาสายไยรัก เพื่อให้คนในครอบครัวได้ทำกิจกรรมร่วมกัน สร้างความรักในครอบครัว ถ่ายทอดประสบการณ์ในรูปแบบการท่องเที่ยว ณ วัดท่าตอน และวัดพระธาตุสบฝาง อำเภอแม่สาย จังหวัดเชียงใหม่ เมื่อวันที่ 7 กุมภาพันธ์ 2557



เมื่อวันที่ 4 กุมภาพันธ์ 2557 คณะผู้แทนจากเมืองอุวากิจา จำนวน 11 คน เข้าศึกษาดูงานภารกิจและการดูแลผู้สูงอายุของศูนย์ฯ พร้อมทั้งพูดคุยและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับเจ้าหน้าที่ศูนย์ฯ



เมื่อวันที่ 23 กุมภาพันธ์ 2557 ศูนย์ประสานแผนพัฒนาท้องถิ่นประจำอำเภอ เมืองพิษณุโลก จังหวัดพิษณุโลก เข้าศึกษาดูงานภารกิจและการดูแลผู้สูงอายุของศูนย์ฯ บ้านธรรมปกรณ์ (เชียงใหม่) เพื่อนำไปปรับใช้กับแผนพัฒนาท้องถิ่นต่อไป

ศูนย์บริการให้คำแนะนำปรึกษาและส่งเสริม



บริการให้คำแนะนำปรึกษา
เกี่ยวกับการนำผู้สูงอายุเข้ารับบริการ
ของ ศูนย์ฯ บ้านธรรมปกรณ์
(เชียงใหม่)

ศูนย์ข้อมูลและสารสนเทศงานสวัสดิการผู้สูงอายุ

บริการให้ข้อมูลการจัดสวัสดิการ
ผู้สูงอายุและขั้นตอนการดำเนินงานของ
ศูนย์ฯ บ้านธรรมปกรณ์ (เชียงใหม่)



ศูนย์การจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุในชุมชน

ศูนย์ฯ เข้าร่วมประชุมเพื่อชี้แจง
วัตถุประสงค์การดำเนินงานโครงการ
สร้างโอกาสและการเข้าถึงสวัสดิการ
ผู้สูงอายุอย่างมีคุณภาพ ประจำปี 2557
ในพื้นที่ตำบลต้นแบบจังหวัดเชียงราย
ณ ห้องประชุม ศูนย์พัฒนาสังคม
หน่วยที่ 12 จังหวัดเชียงราย



ศูนย์ฯ ร่วมกับศูนย์ประสานงานโครงการหมู่บ้านสหกรณ์อำเภอสันกำแพงตามพระราชดำริ
จังหวัดเชียงใหม่ นำแกนนำกลุ่มอาชีพตำบลบ้านสหกรณ์ อำเภอแม่อน จังหวัดเชียงใหม่
ศึกษาดูงานกลุ่มอาชีพ เพื่อการพัฒนาต่อยอดผลิตภัณฑ์ ณ ศูนย์อำนวยการโครงการพัฒนา
ตามพระราชดำริ อำเภอสันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่ และวิสาหกิจชุมชนกลุ่มแปรรูปผลผลิต
ทางการเกษตรบ้านสันกอกเกิด ตำบลบ้านกลาง อำเภอสันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่



ศูนย์ฯ เข้าร่วมโครงการจัดการภายในเพื่อให้เกิดการประสานงานและส่งเสริม
การจัดระบบบริการในพื้นที่อย่างมีประสิทธิภาพ ให้ความรู้เพื่อสร้างเครือข่ายในการดำเนินงาน
ของศูนย์ประสานงานฯ ในพื้นที่โครงการหมู่บ้านสหกรณ์อำเภอสันกำแพงตามพระราชดำริ
จังหวัดเชียงใหม่ ณ ห้องประชุมศูนย์ประสานงานโครงการพระราชดำริหมู่บ้านสหกรณ์ฯ