“ એક પગલું પ્રગતિશીલ પેરન્ટીંગ તરફ...”

પેરન્ટોલોજી

વર્ષ ૪ | સળંગ અંક : ૨૫
જુલાઈ - ૨૦૨૬

બાળકોમાં નેતૃત્વનો ગુણ કેવી રીતે વિકસે?

બાળકોમાં નેતૃત્વનો ગુણ વિકસે તે માટે સૌપ્રથમ તો તેમને લક્ષ્ય અંગે સજાગ કરવા જરૂરી છે. તેઓ જીવનમાં શું સિદ્ધ કરવા માગે છે એની સમજ તેમનામાં આવે તો પછી નેતૃત્વનો ગુણ આપોઆપ તેમનામાં આવે. આ માટે તેમને સાચી દિશાનું માર્ગદર્શન મળવું જોઈએ. કોઈ કામનો હેતુ (ઉદ્દેશ્ય) મળે તે પછી તે માર્ગે જવાની બાળકની ઇચ્છાશક્તિ પ્રબળ બને. હેતુ વગરનું કાર્ય કરવામાં મન લાગતું નથી. તેથી બાળકને કોઈપણ નિશ્ચિત લક્ષ્ય આપવામાં આવે અને તેનું શું પરિણામ આવે એ જાણ્યા પછી તે સાચી લગનથી કામમાં જોડાય છે.

» હેતુ

આપણે એક એવી ફૂટબૉલ મેચની કલ્પના કરીએ જેમાં “ગોલ પોસ્ટ” નહીં હોય તો શું થાય? તેમ થાય તો ન તો તે રમનારાને તેમાં મજા આવે કે નહીં જોનારાને આવે. તો પછી મેચનું પરિણામ પણ નહીં આવે. આ મૅચ જોવા કોણ આવે? એટલે કે આ મૅચ હેતુવિહીન થઈ જાય. પણ બંને પક્ષે પોતાપોતાની “ગોલ પોસ્ટ” નક્કી હોવાથી તેમાં હેતુ ઉમેરાય છે. સ્પર્ધાનો ભાવ આવે છે. એ હેતુને સિદ્ધ કરવાનું ઝનૂન આવે છે. જેને લીધે રમનારાને તેમ જ જોનારાને જોશ ચઢે છે. ખરાખરીનો જંગ જામે છે.

એ જ રીતે “બાસ્કેટ-બૉલની રમતમાં થાંભલા પર લટકાવેલી નાની જાળીવાળી ટોપલી મહત્ત્વની હોય છે. અમુક ઊંચાઈ પર રાખેલી આ બાસ્કેટમાં બૉલ નાખવાનું લક્ષ્ય બંને ટીમનું હોય છે. તેવી જ રીતે ક્રિકેટમાં બેટ્સમૅનની પાછળ રાખેલા ત્રણ સ્ટમ્પ એ લક્ષ્ય હોય છે. એ ના હોય તો ક્રિકેટ રમવાની કોઈ મજા જ નહીં આવે.

તેવી જ રીતે ઉદ્દેશ્ય વગરનો જીવનનો રાહ બહુ ભારરૂપ બની જાય. એકવાર કોઈ નિશ્ચિત લક્ષ્ય મળી જાય પછી કોઈ યાત્રા ભારરૂપ નહીં બને. બાળકોના જીવનમાં પણ તેમને આ પ્રકારનાં કોઈપણ નિશ્ચિત લક્ષ્ય આપવામાં આવે તો તેઓ હોંશેહોંશે આગળ વધે છે.

» માર્ગદર્શન

બાળકોને જિંદગીના ધ્યેય અંગે સમજણ આપીએ તો તે એમનું લક્ષ્ય નક્કી કરીને આગળ વધે છે. પણ તે માટે તેમને યોગ્ય માર્ગદર્શન પણ મળવું જોઈએ. વળી એ માટે દરેક તબક્કે તેમને સાથસહકાર મળી રહેશે એવો ભરોસો પણ આપવો પડે. આની શરૂઆત તેમને ઘરની નાની નાની જવાબદારી સોંપવાથી થઈ શકે. તમે તેને કોઈ કામ સોંપો તો તેને લાગે કે તમને એનામાં વિશ્વાસ છે. એને સોંપેલું કામ એ સફળતાથી પાર પાડે તો એનામાં આત્મવિશ્વાસ આવે.

અમારા એક મિત્રના દીકરાનો જન્મદિવસ હતો. અમને આમંત્રણ આપવામાં આવ્યું હતું તેથી અમે નિર્ધારિત સમયે તેમને ઘેર પહોંચી ગયા. ત્યાં જઈને જોયું તો પાર્ટી જેવું કંઈ લાગતું નહોતું. અમે તેમને ઘેર પહોંચ્યા ત્યારે મારા મિત્ર આરામથી સોફા પર બેઠા હતા. તેમણે અમને આવકાર આપીને બેસાડ્યા. વાતચીત શરૂ કરીએ એ પહેલાં જ મને સ્પષ્ટીકરણ કર્યું કે પાર્ટીની બધી જ જવાબદારી દીકરાને સોંપીને અમે નચિંત થઈ ગયા. અમે એને કહ્યું કે આજના પ્રસંગનો ઈવેન્ટ મેનેજર તું છે. તારે તારા દોસ્તો સાથે મળીને બધું આયોજન કરવાનું છે.

પાર્ટી માટે મહેમાનોને નિમંત્રણ આપવાથી માંડીને, ઘરની સજાવટ કેવી રીતે

કરવી, કેક તથા અન્ય ખાદ્યસામગ્રી ક્યાંથી લાવવી આ બધી જવાબદારી અમે તેને સોંપી દીધી છે. હા, એને એની દીદી આ બાબતમાં સલાહસૂચનો કરતી રહે છે.

પાર્ટી પૂરી થઈ ત્યારે તેને તથા અમને જે જે નાની નાની ખામીઓ રહી ગઈ હતી એનો ખ્યાલ આવ્યો. બજારમાંથી મંગાવેલું ફરસાણ થોડું ઓછું પડ્યું. શરબત જોઈએ એટલું સારું નહોતું... પણ બાળકને જે પાઠ ભણવા મળ્યો એને લીધે આવા કોઈ બીજા પ્રસંગે એ સાવચેતી રાખશે. આ રીતે એને જવાબદારી સોંપીને એનામાં વિશ્વાસ મૂક્યો એ બહુ મોટી વાત કહેવાય.

» જવાબદારી

કેટલાક પરિવારોમાં માબાપ બાળકોને જવાબદારી સોંપવા માટે એટલા તૈયાર નથી હોતાં, "એ તો હજી બાળક છે" એમ માનીને એને ઘરના કોઈ નાનાં-મોટાં કામ સોંપતા ડરે છે. બાળકોને આ કામ કરવાની હોંશ હોય છે. નવું નવું જાણવાની તથા કરવાની તેમને તમન્ના હોય છે. પણ મા-બાપ તેમના ઉત્સાહ પર પાણી ફેરવી દે છે. જો એમને આવી તાલીમ નહીં મળે તો તેઓ આગળ જતા આત્મવિશ્વાસ નહીં કેળવી શકે. આપણે ઉપરના દાખલામાં જોયું કે છોકરાએ પોતાના જન્મદિવસની ઉજવણીમાં મન લગાવીને કામ કર્યું અને તેમાં તે સફળ પણ થયો. જે જે ખામી રહી તેમાંથી જરૂરી બોધ લઈને બીજી વાર તે નહીં થાય એ માટે સતર્ક રહેશે.

બાળકોને જવાબદારી સોંપીને તેમને સ્વતંત્ર રીતે કામ કરવાની મોકળાશ આપીશું તો આપોઆપ તે જવાબદાર બનશે. તેને વ્યવસ્થિત કામ કરવાની આદત પડશે. કામ પૂરું થયા પછી એની સમીક્ષા જરૂર કરવી તથા આવશ્યક સલાહસૂચનો પણ કરવાં. તેને લાગવું જોઈએ કે તમે એનામાં મૂકેલા વિશ્વાસમાં એ ખરો ઊતર્યો છે તો બીજી વાર તે બમણા ઉત્સાહથી કામ કરશે.

પ્રત્યેક ઘરમાં નાના-મોટા તહેવારો ઊજવાતા જ હોય છે. એ ઉજવણીમાં જો બાળકોને સહભાગી બનાવાય તો આગળ જતાં તે એની ઉજવણીની તમામ જવાબદારી ઉપાડવા માટે સામેથી તૈયાર થશે.

આપણે ત્યાં ગણેશોત્સવ ઘરમાં પણ અને જાહેરમાં પણ ઊજવાય છે. એમાં બાળમંડળી સૌથી વધુ ઉત્સાહી હોય છે. ઘરમાં ગણેશોત્સવની તૈયારી શરૂ થાય તે સાથે જ બાળકોને નાની-મોટી જવાબદારી સોંપીએ તો તેમને મજા તો આવે જ સાથે સાથે અનુભવ મળે. તાલીમ મળે. ગણેશજીની મૂર્તિના ઓર્ડર નોંધાવવાથી માંડીને તેના વિસર્જન સુધીની કાર્યવાહીમાં બાળકોને સાથે રાખીએ તો તેમને સમગ્ર ઘટનાક્રમનો ખ્યાલ આવે છે તેમ જ તે માટેની તૈયારીની જાણકારી મળે છે. ગણેશજીની મૂર્તિનું કદ, તેના રૂપ-રંગ, તેની કિંમત. આવી બાબતો વિશે મસલત કરીને મૂર્તિની પસંદગી પણ તેમના પર છોડીશું તો તેમનો ઉમંગ બેવડાશે.

બધી જવાબદારી બાળકોને સોંપી દઈએ તો તેઓ જાતે દુકાનમાં જશે, લાઈટિંગ અને શણગારનો સામાન લઈને આવશે. તમે એમની સાથે જરૂર રહો, પણ કામ બાળકોને કરવા દો. એમાંથી તે ઘણું શીખશે. બધી દુકાનોમાં જઈને દુકાનદાર સાથે વાત કરશે. ભાવતાલ કરશે. તમે એને કહી દો કે આટલા બજેટમાં આ કામ કરવાનું છે તો તે એનાથી પણ ઓછા બજેટમાં કરી લાવશે: આવનારા મહેમાનોને જ્યારે તમે કહેશો કે આ વખતે ગણેશોત્સવનું આયોજન અમારાં દીકરા-દીકરીએ કર્યું છે તો એ લોકો બહુ ખુશ થશે.

» સુષુપ્ત ગુણો જાગ્રત થાય છે

આ પ્રકારના આયોજનમાં બાળકોના સુષુપ્ત ગુણો બહાર આવે છે. જેમ કે રોજની ગણેશજીની આરતીમાં હાર્મોનિયમ, ઢોલક વગાડનારા આવે તો તેમને હાથ ચલાવતા જોઈને તમારું બાળક પણ તાલ દેવા પ્રેરાશે. હું પણ આવી રીતે હાર્મોનિયમ અને ઢોલક વગાડી શકું, એવી ઉત્કંઠા એના મનમાં જાગે અને એવું બને કે સંગીતની તાલીમ લેવા એ પ્રેરાય.

તમારા ઘરમાં સત્યનારાયણની પૂજા હોય તો એવું ના વિચારી શકાય કે છોકરો જ પૂજા કરવા બેસે? એટલું જ નહીં, ઘરમાં કોઈપણ પ્રસંગ હોય, કરિયાણું તથા શાકભાજી લાવવાની જવાબદારી બાળકોને સોંપવી જોઈએ. અને એ જો કંઈ ભૂલ કરે તો એને ટપારવાં જોઈએ. અને સાંગોપાંગ બધું પાર ઊતર્યા પછી તેમની પ્રશંસા પણ કરવી જોઈએ. આમાંથી જ એમનાંમાં નેતૃત્વનો ગુણ વિકસિત થાય છે જે એને આવનારા પ્રસંગો માટે વધુ કાબેલ બનાવે છે.

» સારા ગુણોની અભિવ્યક્તિ

એકવાર એક દંપતીએ તેમના ચૌદ-પંદર વરસના દીકરાને તેમના એક સંબંધીની જોડે પ્રવાસે મોકલ્યો. એ સંબંધી એમના કુટુંબ તથા મિત્રમંડળની જોડે દસ દિવસ માટે દક્ષિણ ભારતના પ્રવાસે જઈ રહ્યા હતા. જતાં અગાઉ એ છોકરાએ પોતાનો બેગ-બિસ્તરો જાતે તૈયાર કર્યો. જ્યારે એ બધાં પ્રવાસેથી પાછાં ફર્યા ત્યારે તેમણે સહુએ એ દીકરાનાં અઢળક વખાણ કર્યાં. ઘરના માણસોને આનું ખૂબ આશ્ચર્ય થયું.

થયું એવું કે દીકરો એકલો પહેલીવાર ઘરની બહાર નીકળ્યો હતો. તેના મનમાં ડર હતો કે હું કંઈ એવું ન કરું જેથી બધાં મારા વિશે ફરિયાદ કરે. સ્વભાવથી તે ભીરુ હતો. તેથી બધાની સાથે નમ્રતાથી વર્તતો હતો. કપડાં ધોવાથી માંડીને જ્યાં ઊતર્યા હોય તે રૂમની સાફ-સફાઈ એ બધું બહુ ધ્યાનથી કરતો એટલું જ નહીં, મોટાઓ જો એને કંઈ નાનું-મોટું કામ સોંપે તો તે ચીવટથી કરી દેતો. બીજા છોકરાંઓ જોડે પણ તે પ્રેમથી હળીમળી ગયો. બધાંને એના પ્રત્યે માન થયું. તેઓ સહુ એની સમજદારીનાં વખાણ કરવા લાગ્યાં. આ રીતે પહેલી વાર ઘર છોડીને નીકળેલો આ છોકરો બધાંના પ્રેમાદરનો અધિકારી બન્યો. મા-બાપ માટે આનાથી સારી બીજી કઈ વાત હોઈ શકે?

આ પ્રકારના નાનાં નાનાં કામ કરવાથી બાળકો ધીમે ધીમે મોટી જવાબદારી ઉપાડતાં થઈ જાય છે. ઘરમાં બે બાળકો હોય તો એ બંનેને અલગ અલગ કામ સોંપીને કોણ વહેલું કે સારું કામ કરે છે એવી સ્પર્ધાનો ભાવ એમનામાં જગાડી શકાય. એક બાળકને બાલ્કનીમાં મૂકેલા ફૂલ-ઝાડના કૂંડાને પાણી પાવાનું કહી શકાય તો બીજાને નીચે આંગણામાં ઉગાડેલા છોડને પાણી પાવાનું કામ સોંપી શકાય. એવી જ રીતે ઘરના હૉલની સફાઈ કરવાનું કામ એકને તો બીજાને બેડરૂમની સફાઈનું કામ સોંપી શકાય. આ પ્રકારના કામ બાળકો હોંશે હોંશે કરે છે. આને લીધે તેમનામાં કામ કરવાની ભાવના જાગે છે; એટલું જ નહીં, એમનામાં નેતૃત્વનો ગુણ પણ વિકસે છે.

પુસ્તક : ઉછેરની એ.બી. સી. ડી. (મનોજ અંબિકે)

આ ૧૦ પગલાં લો, સૌથી સારી માતા કહેવડાવો

સમગ્ર વિશ્વના સાહિત્યમાં ઉલ્લેખ છે કે બાળકની સૌથી પ્રથમ શાળા તેનું ઘર છે તથા માતા જ તેની સૌથી પ્રથમ શિક્ષક હોય છે.

આપણા વેદ-પુરાણો પછી હવે વિજ્ઞાને સિદ્ધ કરી દીધું છે કે બાળકો પર સૌથી વધારે પ્રભાવ જો કોઈનો પડતો હોય તો તે છે માત્ર અને માત્ર તેના માતા. ગર્ભમાં રહેવા દરમ્યાન બાળક પોતાની માતાના વિચારો, આચરણ અને સ્વભાવથી પરિચિત થવા લાગે છે. જન્મ પછી બાળક ખરેખર તેના માતા સાથે જ વધારે સમય વ્યતીત કરે છે. આજ સૌથી મહત્ત્વનો સમય હોય છે જ્યારે કાચી માટી સમાન બાળક યોગ્ય આચરણ અને વ્યવહાર ધારણ કરે છે.

એ પણ સાચું છેકે માતા કોઈ પણ સ્ત્રી બની શકે છે પરંતુ સર્વશ્રેષ્ઠ માતા બનવું કોઈ પડકારથી કમ નથી. કુટુંબની બધીજ જવાબદારીઓને સંભાળવા સાથે એક માતાને પિતા કરતાં વધારે પડકારોનો સામનો કરવો પડતો હોય છે. એક સારી માતા કેવી રીતે બની શકાય એ સવાલનો જવાબમાં આ સમજવું વધારે અગત્યનું છે વાત માત્ર સારાં બનવાની નથી પરંતુ સાથે સાથે પ્રેમ અને લાડ સાથે બાળકને સમજવાની પણ છે. જેમ દરેક વ્યક્તિના અલગ અલગ વિચાર અને વ્યવહાર હોય છે, બરાબર તેજ પ્રમાણે દરેક બાળકનો પોતાનો એક અલગ જ મિજાજ હોય છે. આવામાં દરેક બાળકને એકજ નજરે નિહાળવુ ક્યારેક ઘાતક સિદ્ધ થઈ શકે છે. આ પણ એક અટલ સત્ય છે કે એક માતા જે સ્નેહ, લાડ અને પ્રેમની અનુભુતિ પોતાના બાળકને કરાવી શકે દુનિયાની કોઈ પણ વ્યક્તિ આમ કરાવી શકતી નથી. આવો આજે આપણે ૧૦ મહત્ત્વપૂર્ણ પગલાં અંગે જાણીએ જેને લઈને તમે પણ વિશ્વની સૌથી ઉત્તમ માતાનું બિરુદ પામી શકશો, સાથે પોતાના કુટુંબ, સમાજ, દેશ અને વિશ્વને એક શ્રેષ્ઠ નાગરિક આપી શકશો.

1.પોતાનો પ્રેમ દર્શાવવો:- નાનું બાળક અત્યંત સંવેદનશીલ હોય છે. ભલે તે બોલીને પોતાની ભાવનાઓ દર્શાવી ન શકે, પરંતુ તે તમારા દરેક ભાવને વાંચી શકે છે, સમજી શકે છે. કૌટુંબિક કે અન્ય જવાબદારીને કારણે બની શકે કે તમે થોડા તણાવમાં હો અને બાળકથી દૂર રહો. પરંતુ આજ સમય એ હોય છે જ્યારે તમારે તમારા તણાવને ભૂલી જઈને બાળકને પ્રેમ કરવો જોઈએ, તેને ગળે વળગાળવું, ચૂમીઓ કરી અને તેને હસતાં જોઈને હસવું જોઈએ. આમ કરવાથી તમારો બાળક સાથે પ્રેમ વધારે ગાઢ બનશે તથા તમારો તણાવ પળભરમાં ગાયબ થઈ જશે.

2. બાળકથી અંતર ઘટાડવાનો પ્રયાસ કરો:- બની શકે કે તમારાથી કે કોઈ અન્ય કારણે જીદ પકડીને બાળક નારાજ છે તો તેને મનાવો. તેનાથી અંતર ઘટાડવાનો પ્રયાસ કરો અને તેઓની સાથે વાત કરો. આમ કરવાથી તે જિદ છોડી દેશે અને તમારી વાતમાં ભાગ લેશે. બની શકે બાળક તમને કોઈ એવા પ્રશ્નો પણ પૂછે અથવા એવી વાતો કરે જે નિરર્થક હોય પરંતુ તમે તેની દરેક વાતો ધ્યાનથી સાંભળો અને સમજી વિચારીને પ્રેમથી જવાબ આપો.

3. નાની નાની વાતોમાં જવાબદારી સમજાવો:- બાળક સાથે સમય વિતાવતી વખતે ધ્યાન રાખો કે તે તમારી દરેક ગતિવિધિઓ અને વાત પર કેટલો વિચાર કરી રહ્યો છે. નાની નાની વાતોમાં તેને તેની જવાબદારી પણ સમજાવો, ટાઈમ મેનેજમેન્ટની કળા એક સ્ત્રીથી વધારે કોણ સમજી શકે. આવામાં બાળકને સમયનો સદુપયોગ કરતાં, પોતાની વસ્તુઓને નિર્ધારિત સ્થળે રાખતાં, તથા પોતાની આજુબાજુની ચીજવસ્તુઓને સાફ સુથરી રાખતાં વગેરે બાબતો ધીમે ધીમે સતત શીખવતા રહો, જેથી આ બધું તેની ટેવમાં વણાઈ જાય.

4. બાળકોને સાથ આપો:- ક્યારેક બાળકો કોઈ સમસ્યાથી ગભરાઈ જાય છે, આવામાં તમે તેને સાથ આપો તેનાથી બાળકોમાં આત્મ વિશ્વાસ વધશે ભલે તે સારું કરે કે ખરાબ કરે તેને એવું લાગવું જોઈએ કે તમે તેની સાથે છો. સારું કરવા માટે તમે તેને પ્રોત્સાહિત કરો અને જો બાળકે કઈ પણ ખોટું કે ખરાબ કર્યું હોય તો તેને ધમકાવવાના બદલે તેની ભૂલના દૂરગામી પરિણામો અંગે સમજાવો. આનાથી બાળકની સમજણમાં વૃદ્ધિ થશે. અને તેઓ તમારી સાથે પોતાની દરેક વાતો શેર કરશે. બની શકે તો રોજ સવારે અથવા સાંજે બાળકો સાથે ટહેલવા નીકળો તે દરમ્યાન તેને પ્રેરક પ્રસંગો સંભળાવો, જેથી તેઓ આદર્શ વાતો શીખે.

5. બાળકોના આદર્શ બનો:- આપણી સૌથી મોટી જો કઈ ઉણપ હોય તો તે એ કે આપણે બાળકો પાસે તેઓ સારાં બને તેવી અપેક્ષા રાખીએ છીએ પરંતુ તેઓ માટે પોતાની ઉણપો-ખામીઓને દૂર કરવાનો પ્રયાસ કરતાં નથી. બાળકો માટે તમે આદર્શ બનવાની પહેલ સ્વયં કરો. એક ડાયરીમાં નોંધ કરો કે તમારી કઈ કઈ વાતો અને ટેવો લોકોને ખોટી કે ખરાબ લાગે છે. જો તમારા માટે તમારી ટેવોને બદલવી શક્ય ન હોય તો ઓછામાં ઓછું બાળકો સમક્ષ એ ટેવોને ન દોહરાવો. ન તો બાળકો સમક્ષ જુઠું બોલો કે ન તો તેઓ સાથે તાડૂકીને વાત કરો. નમ્ર સ્વભાવ અને ધીમેથી બોલવું, ભૂલ વગર માફી માંગવી, બીજાનો આભાર માનવો વગેરે આચરણ એવા છે કે જેને તમે બાળકો સમક્ષ આચરવાના ચાલુ રાખશો તો તમારાં કહ્યા વિના જ બાળક આ બધી સારી વાતો શીખી જશે.

6. ધૈર્ય ન ગુમાવો:- દોડધામ અને મોંઘવારી ગ્રસ્ત જીવનમાં એક માતા માટે બેવડી ભૂમિકા ઝડપથી વધી રહી છે. ઘર-કુટુંબની જવાબદારી સાથે આર્થિક સ્થિતિ મજબૂત કરવા માટે નોકરી અથવા વ્યવસાય માટે પણ સમય ફાળવવો પડે છે. ક્યારેક કામના બોજાને કારણે ધીરજ ખૂટી જાય છે. આવી પરિસ્થિતિમાં જરૂર છે કે તમે તમારી પોતાની જાતને શાંત રાખો, યથાયોગ્ય પ્રયાસ કરો કે તમારે આનંદિત રહેવાનું છે. બાળકો સમક્ષ તમારા કુટુંબ અથવા કાર્યાલયની મુશ્કેલીઓનો ઉલ્લેખ કરવાથી બાળક પણ તણાવમાં આવી જઈ શકે છે.

7. જવાબદારી નિભાવવામાં પાછા ન પડો:- એવું નથી કે અમે પુરુષ પ્રધાન સમાજનું ઉપરાણું લઈ રહ્યાં છીએ અહીં અમારો આશય માત્ર એટલો જ છે કે બાળક માતાની આજુબાજુ જ વધારે રહેતું હોય છે અને પોતાની દરેક જરૂરિયાતો માટે માતા પર જ આધાર રાખતું હોય છે. માતા તરીકે એક સ્ત્રીને પોતાના અનેક અગત્યના કામો છોડીને બાળકના કામો કરવા પડતા હોય છે. એવામાં જો કુટુંબની સાથે કાર્યાલયની કોઈ વધારાની જવાબદારી આવી પડે છે તો તેને પણ સ્વીકારવી પડે છે. તમારું બાળક આ બધું જોઈનેજ તમારી જેમ પડકારોનો સામનો કરવા માટે પ્રેરિત બનશે.

8. બાળકોની ભૂલો પર સંયમ રાખવો:- બાળક તો બાળક છે, તેમની ભૂલોમાં છળ-કપટ કે અપરાધ નથી હોતો તેમની સમજણ પણ ઘણી નિઃસ્વાર્થ હોય છે. જાણ્યે-અજાણ્યે બાળકોથી ભૂલો થતી હોય છે. આવામાં તમારે તેઓને ભૂલો માટે તેઓ પર નારાજ થવાનું નથી. તેઓને તેમની ભૂલોમાંથી શીખવા દો, તેઓને ધમકાવવાના બદલે એ સમજાવાના પ્રયાસ કરવા કે તેઓએ જે કર્યું છે તે શા કારણે ખોટું છે તથા તેને કેવી રીતે સુધારી શકાય છે.

9. ખુદને અપ-ડેટ રાખો:- ઘરમાં ટેલિવિઝન અને આધુનિક મોબાઈલ ફોન હોવાને કારણે આજકાલના બાળકો ઘણા અપડેટ રહેતાં હોય છે. આવામાં તમારે પણ અપડેટ રહેવાની જરૂર હોય છે. ક્યારેક ક્યારેક બાળકોના હાથમાં એવી વસ્તુઓ અને બાબતો સામે આવે છે જે બાળ-માનસ માટે યોગ્ય નથી હોતી. સમયની સાથે બાળકો તે અંગે વાકેફ થાય તે જરૂરી છે.આવામાં જો તમે અપડેટ નહીં હો તો બાળકોની જિજ્ઞાસાઓ અને ભ્રાંતિઓને શાંત નહીં કરી શકો, એટલે તમારે પોતાની જાતને અપડેટ રાખવાની છે, તથા બાળકોની ઉંમર પ્રમાણે તેઓને જીવનનું સત્ય જણાવો, જેથી તેઓ ભટકી ન જાય.

10. બાળકોને માન આપો:- જેમ તમે તમારું સન્માન ઈચ્છો છો બરાબર તેજ પ્રમાણે બાળકોનું પણ સન્માન કરો તથા તેઓના સન્માનની રક્ષા કરો.બાળકોના વિચારોને મહત્ત્વ આપો. ઘર-કુટુંબના પ્રસંગોમાં તેઓના અભિપ્રાયને પણ મહત્ત્વ આપો અને જો તે યોગ્ય ન હોય તો કારણ સહિત બાળકોને જણાવો કે તેમના અભિપ્રાયમાં શું ખામી છે. બાળકની અંગત બાબતોનું ધ્યાન રાખો જ્યાં સુધી શક્ય હોય તેઓને તેમના મિત્રો અને કુટુંબના સભ્યો સામે ધમકાવશો નહીં કે ન તો મારઝૂડ કરશો.

પુસ્તક : પોતાના બાળકને શ્રેષ્ઠ કેવી રીતે બનાવશો (તરુણ ચક્વતી)

જો બાળક તમારી વાત સમજતું નથી તો તેને કેવી રીતે સમજાવશો.

આજે મોટાભાગનાં માતા-પિતા ઇચ્છે છે કે તેનું બાળક હંમેશાં સીધી રેખામાં જ ચાલવું જોઈએ. બાળકે તેમની દરેક આજ્ઞાનું પાલન કરવું જોઈએ. આવું ઇચ્છતાં અને વિચારતાં માતા-પિતાને મારો સીધો સવાલ છે કે શું તમે નાનાં હતાં ત્યારે તમે આદર્શ બાળક હતાં? શું તમે તમારાં માતા-પિતાને પસંદ ન હોય એવું એક પણ કાર્ય કર્યું ન હતું ? મારા આ બંને પ્રશ્ન વિશે તટસ્થ રીતે વિચારશો તો બધું જ સત્ય આપોઆપ સમજાઈ જશે.

આપણે હંમેશાં દુનિયાને આપણી જ આંખો અને આપણી જ સમજ પ્રમાણે જોવા ટેવાયેલા છીએ. આપણે હંમેશાં એવું જ ઇચ્છીએ કે બીજાઓ આપણું ધાર્યું કરે. ખરેખર આપણે પણ કોઈનું ધાર્યું કરતા હોતા નથી! મેકડુગલ નામના મનોવૈજ્ઞાનિકે સહજવૃત્તિનો સિદ્ધાંત આપ્યો છે. તે મુજબ જન્મતાંની સાથે જ આપણે કેટલીક સહજવૃત્તિઓ સાથે દુનિયામાં આવીએ છીએ અને આ પૈકીની એક સહજવૃત્તિ પોતાનું ધાર્યું કરવાની હોઈ શકે!

બાળકના જન્મથી માંડી જેમ જેમ તે મોટું થતું જાય છે તેમ તેમ તેના સામાજિક ઘડતર અને સુટેવ નિર્માણ માટે તેને સમજાવવું ખૂબ આવશ્યક છે. સમજશક્તિના લીધે જ માનવ અન્ય પ્રાણીઓથી જુદો પડે છે, ત્યારે બાળકને કંઈક સમજાવવું એ એક કળા છે. દરેક બાળક વિશિષ્ટ હોય છે તેથી તેમને સમજાવવાની રીતો પણ અલગ અલગ જ રહેવાની. તાવની એક દવા હોઈ શકે પરંતુ બાળકના ઘડતર માટે તો એ શક્ય જ નથી.

બાળકને એક સ્વતંત્ર અસ્તિત્વ ગણીએ છીએ ત્યારે તેની માન્યતાઓ, ગમા-અણગમા તથા તેની રસ-રુચિ મુજબ તે વર્તન કરતું હોય છે. આવા સમયે આપણે તેના ભલા માટે જે કાંઈ પણ સમજાવીએ તે અસરકારક રીતે સમજાવવું ખૂબ જરૂરી છે. જેવી રીતે ઈશ્વર આપણું ધાર્યું કશું કરતો નથી પરંતુ ક્યારેક સરપ્રાઇઝ આપીને પણ આપણને સઘળું આપી દેતો હોય છે. એવી જ રીતે બાળકને સમજાવવા માટે કેટલીક ટૅક્નિક અપનાવવી જરૂરી બની જાય છે.

બાળકને સમજાવવા માટે સૌથી પહેલાં તો તેની ઉંમરને ધ્યાનમાં રાખવી જોઈએ. સાવ નાનાં બાળકોને સરળ અને ટૂંકાં વાક્યોમાં સમજાવીએ. કેમ કે તેની સમજશક્તિની ક્ષમતા એટલી જ હોય છે. આ ઉંમરમાં બહુ મોટાં લેક્ચર કે ભાષણો આપવાનું ટાળવું જોઈએ. મોટા બાળકોને વધુ વિગતવાર સમજાવી શકાય પરંતુ આ સમજાવતી વખતે તેનો મૂડ, આસપાસનું વાતાવરણ તથા માહોલ અચૂક ચકાસવાં!

તરુણ અવસ્થામાં પહોંચેલા દીકરા કે દીકરીને સમજાવવામાં વિશેષ કાળજી રાખવી પડે. તેમને ઉપદેશ કે સલાહ ન આપતાં પોતાના જીવનના અનુભવો, બદલાયેલો સમય તથા ભવિષ્યને ધ્યાનમાં રાખી કંઈક જુદી રીતે પરિસ્થિતિનો ચિતાર આપવો જોઈએ. ખાસ ધ્યાન રાખીએ કે, તેના મિત્રો કે પરિવારના અન્ય સભ્યોની હાજરીમાં તો કંઈ જ ન કહીએ! હા, તેના કામની કદર કે વખાણ હંમેશાં જાહેરમાં કરીએ.

આપણે મોટાભાગે જે સાંભળ્યું છે અથવા જે અનુભવ્યું છે એ જ બોલીએ છીએ અને એવી રીતે જ બોલીએ છીએ. આ બાબતે ખાસ ધ્યાન રાખીએ કે બાળક સાથે જ્યારે સંવાદ કરીએ ત્યારે સરળ ભાષાનો ઉપયોગ કરીએ. જટિલ શબ્દોનો ઉપયોગ કરવાથી બચીએ. બાળકને સમજાવતી વખતે બિનજરૂરી ભારેખમ શબ્દો કે વિદ્વતા દર્શાવતા શબ્દો ક્યારેય ન બોલીએ. મને અનુભવે સમજાયું છે કે, બાળકને સીધી સલાહ આપવાને બદલે તેની સાથે પ્રસંગ સ્વરૂપે, ઉદાહરણ આપીને કે સ્વાનુભવ કહીને વાતને સમજાવીએ તો તેની અસરકારકતા ખૂબ વધી જાય છે. ઉદાહરણથી બાળકો વસ્તુ કે પરિસ્થિતિને વધુ સારી રીતે સમજી શકે છે. ઘણીવાર આપણે ઉદાહરણ આપ્યા પછી ઉદાહરણના આધારે લંબાણપૂર્વક તેનો ઉપદેશ આપતાં હોઈએ છીએ.

બાળકેળવણીકાર ગિજુભાઈ બધેકા તો ત્યાં સુધી કહે છે કે, બાળકને વાર્તા કહ્યા પછી તેમાંથી શો બોધ મળે છે એ બાળક પર છોડી દેવું જોઈએ. બાળકને સમજાવવાની પ્રક્રિયા હિમાલય જેટલી ધીરજ માંગી લે છે. પરંતુ ઈન્સ્ટન્ટ પરિણામની લાલસામાં આપણને સમજણનો ઉંબર પણ ડુંગર લાગે છે. બાળકને એક જ વારમાં બધું સમજાઈ જાય એવું નથી. તેમને સમજવા માટે થોડો સમય આપીએ. વ્યવહાર, શિક્ષણ, સુટેવ, કારકિર્દી કે સલામતી બાબતે બાળકને સમજાવતી વખતે શાંત રહીએ. ગુસ્સે થઈને બાળકને સમજાવવાનો પ્રયાસ ક્યારેય ન કરીએ. આવું કરવાથી પરિણામ વધુ નકારાત્મક આવવાની સંભાવના બને છે.

ગુસ્સાના કારણ કરતાં તેનું પરિણામ વધારે ભયંકર હોય છે. કોઈ પણ વાત સમજાવતાં પહેલાં સામા પક્ષે બાળકને પણ સાંભળીએ. બાળકના મનમાં શું છે તે સમજવાનો પ્રયાસ કરી જરૂર પડ્યે બાળકને ગળે લગાડો. તેમના માથા પર હાથ ફેરવો અથવા તેમને વહાલ કરો. આવું કરવાથી બાળકને સુરક્ષા અને પ્રેમનો અનુભવ થશે. બાળકને સમજણ આપતી વખતે સાથે સાથે પ્રોત્સાહન પણ આપો. સમજણ ઓછી હશે તો ચાલશે પરંતુ પ્રોત્સાહન તો છલોછલ જ જોઈએ! આનાથી બાળકનો આત્મવિશ્વાસ વધશે.

બાળકને ઠપકો આપવાનો થાય ત્યારે પણ સકારાત્મક રીતે વાત કરો અને તેમને સુધારવા માટે પ્રેરિત કરો. નાનાં બાળકોને સમજાવવા માટેની એક અનોખી ટેક્નિક - રમત પણ છે. બાળકને રમત રમીને સરળતાથી સમજાવી શકાય છે.

અનુભવે જોયું છે કે, મોટાભાગે માતા-પિતા પોતાનાં બાળકો પાસે વિદ્વત્તા પ્રદર્શિત કરતાં હોય છે. માતા-પિતાની ભૂલ કે ઓછું જ્ઞાન જ્યારે બાળકને સમજાય છે ત્યારે તે વાસ્તવિકતાને પામી જાય છે! એટલે જ્ઞાનની બાબતમાં બાળક પાસે વિદ્વત્તા પ્રદર્શિત કરવાની ભૂલ ક્યારેય ન કરવી. નવી પેઢીનાં બાળકો આપણાં કરતાં અનેક રીતે વધારે ઝડપ અને વ્યાપ ધરાવે છે એ સ્વીકારવામાં જ સાચું શાણપણ છે!

સમજણ શક્તિની બાબતમાં એક વાત ચોક્કસ કહી શકાય કે પ્રત્યેક બાબતને સમજવાની દરેકની એક નિશ્ચિત ઉંમર કે સમય હોય છે. કદાચ એ સમય પહેલાં આપણે ઉતાવળા થઈ જઈએ છીએ અને બાળક આપણી વાત સમજતું નથી એવી ફરિયાદો કરીએ છીએ, જે નિરર્થક છે. બાળક સાથે વધુમાં વધુ સંવાદ કરીશું તો સમજણ આપોઆપ વધશે જ!

જ્યારે બાળક ગુસ્સે થાય ત્યારે હંમેશાં શાંતિથી સમજાવો કે તેનું હિત શેમાં છે. હંમેશાં પ્રેમથી સમજાવ્યા પછી પણ બાળક ન માને તો પેલા કુંભારની માફક નીચે હાથ રાખીને ટપલી મારીએ તો આપણું માટલું પણ ટકોરાબંધ તૈયાર થશે! જો હાથ રાખવાનું ચૂક્યા તો ગાબડું પડશે એ નક્કી માનજો!

પુસ્તક : પેરેન્ટિંગ અઘરું છે પણ કરવું તો પડશે જ! (ડો. કૃણાલ પંચાલ)

VASHISHTHA GROUP OF SCHOOL

શ્રી વસિષ્ઠ વિદ્યાલય, વાવ.
ગુજરાતી માધ્યમ / દ્વિભાષી માધ્યમ / અંગ્રેજી માધ્યમ (GSEB)
બાળ ભવન થી ધો. ૧૨ સાયન્સ/કોમર્સ
☎ 02621 255551/3 ✆ 91734 02809 / 91733 15555
VISIT US : vasishtha.net

વસિષ્ઠ જેનેસિસ સ્કૂલ, બાબેન.
ગુજરાતી માધ્યમ
૫ થી ધો. ૧૨ સાયન્સ
☎ 02622 225542/43 ✆ 91576 44555
Visit us : vasishthagenesisschool.net