



हॅप्पी पेरेंटिंग : अपेक्षांचे ओझे!

डॉ. सुनील गोडबोले, बालविकास तज्ज्ञ.

सकाळ: कुटुंब (5 August 2023)

एका पहिलीतल्या मुलाचे चिंतातूर आई-वडील एक शाळेतली कुठल्यातरी छोट्या चाचणीची उत्तरपत्रिका घेऊन आले होते. मुलानं फारसं काही लिहिलं नव्हतं आणि अर्थातच गुणही कमी होते! रडवेल्या चेहऱ्यानं आईनं भरभरून सांगायला सुरुवात केली, “आमचं कुटुंब पिढ्यान्पिढ्या उच्चशिक्षित आहे. कुणीच कधी नापास नाही झालं, या काट्यानं आमच्या तोंडाला काळं फासलं. याचं पुढे कसं होणार? याला कुठला आजार तर नाही ना? याला अध्ययन अक्षमता तर नाही ना?”

एवढं सगळं सुरू असताना ते मूल अस्वस्थपणे, असहाय चेहऱ्यानं सगळं ऐकत होतं. त्याला जवळ घेऊन, बाजूला घेऊन फक्त ‘काय झालं?’ असं विचारल्यावर त्याच्याही अश्रूंचा बांध फुटला, “माझ्या आई-वडिलांना मी प्रत्येक परीक्षेत पहिलाच यायला हवं असतं, अभ्यासच नाही तर खेळण्यात, चित्रकलेत, कुठल्याशा पार्टीतसुद्धा ‘बेस्ट’च हवं असतं! मला नाही हे जमणार!”

अशी अनेक मुलं पालकांच्या अपेक्षांच्या ओझ्याखाली दबलेली असतात. त्यातून तणावाखाली, भीतीखाली वावरत राहतात, काहींची भूक कमी होते, तर काही जास्त खायला लागतात, काही जण खोटं बोलायला लागतात, परीक्षेत गुण मिळवण्यासाठी चक्रे कॉपीसुद्धा करायचा प्रयत्न करतात. बराच वेळ झोपेचीही वाट लागते, कालांतरानं त्यांचा आत्मविश्वास डळमळीत व्हायला लागतो.

...पण मग पालकांनी अपेक्षाच ठेवायच्या नाहीत का? खरंतर योग्य प्रमाणातील अपेक्षा मुलांच्या विकासासाठी उपयुक्त असतात. लहान वयात तर मुलांचं बरंचसं वागणं-बोलणं हे आई-वडिलांना 'खूप' करण्यासाठी असतं. प्रत्येक छोट्या कृतीनंतर मुलं कौतुकासाठी आई-वडिलांकडे बघत असतात.

इतकंच नाही, तर पालकांच्या वयानुरूप, कौशल्यानुरूप अपेक्षा मुलांना छोटी-छोटी ध्येयं ठरवण्यासाठी आणि त्यासाठी प्रयत्न करण्यासाठी उद्युक्त करतात! थोडं पुढे जाऊन क्षमतांच्या चौकटीपुढे जाऊन नवीन यशाचा पल्ला गाठण्यासाठी प्रेरित करतात! आपल्या अपेक्षा या ओझं न वाटता दिशादर्शक बनवायच्या असतील तर...

१. मुलांच्या वयानुरूप, क्षमता लक्षात घेऊन त्यांच्या आवाक्यातील अपेक्षा ठेवा.
२. आपल्या अपेक्षा मांडताना, त्या कशा साध्य करायच्या यासाठी मार्गदर्शन करा.
३. प्रत्येक अपेक्षापूर्तीचं भरभरून कौतुक करा.
४. एखादी अपेक्षा पूर्ण नाही झाली, तर - 'ठीक आहे! परत प्रयत्न करूयात!' हे मुलाला जवळ घेऊन सांगा.
५. एखाद्या वेळेस अपेक्षाभंग झाल्यास दुःख करत न बसता, मुलांना नावं न ठेवता नव्या सोप्या ध्येयासाठी परत प्रयत्न करण्यासाठी मुलांच्या पाठीशी उभे राहा.

(लेखक ज्येष्ठ बालविकासतज्ज्ञ आहेत.)

www.chiranjeevgodbole.com