



हॅप्पी पेरेंटिंग...

डॉ. सुनील गोडबोले



हॅप्पी पेरेंटिंग : शैली पालक-बालक संबंधाची

डॉ. सुनील गोडबोले, बालविकास तज्ज्ञ.

सकाळ: कुटुंब (28 October 2023)

‘आईवडील आणि मूल’ यांच्यातल्या भावनिक संबंधावर खूप संशोधन झालं आहे (चालूही आहे). आज त्यातल्याच एका संबंधावर केलेल्या प्रयोगाबद्दल बोलूयात! मेरी आईन्सवर्थ या संशोधिकेनं साधारणतः १९७० मध्ये १०० पेक्षा जास्त ‘शिशुवयातील मुलं आणि त्यांची आई’ यांच्यावर शास्त्रशुद्ध आणि किचकट प्रयोग केला. एका खोलीमध्ये सर्वप्रथम आई आणि मुलाला सोडलं जायचं. मुलाला खेळायला वेळ दिला जायचा आणि त्यानंतर मुलाला माहित नसणारी व्यक्ती खोलीत यायची, आईबरोबर बोलायची आणि त्यानंतर आई काही मिनिटांसाठी खोलीबाहेर जायची व परत यायची. या सगळ्याची निरीक्षणं मुलांच्या नकळत घेतली जायची! या संशोधनातून मेरी आईन्सवर्थनं पालक- बालक अॅटॅचमेंट (भावनिक बंध) शैलीचे ३ प्रकार शोधून काढले!

पाठोपाठ मेन आणि सोलोमन या संशोधकांनी चौथी शैली शोधली. त्यानंतर संशोधकांनी या संबंधांचा थेट मोठेपणातील वर्तनाशी संबंध शोधला. या पालक-बालक अॅटचमेंट शैलीचे ४ प्रकार बघूयात.

१) सुरक्षित (secure) : ही मुलं पालकांशी छान जवळीक साधून असतात. आई नसेल, तर कावरीबावरी होतात; पण परत आई भेटल्यावर आनंदानं आईजवळ जातात. हीच मुलं मोठेपणी आत्मविश्वासानं वावरतात, नातेसंबंध जपण्यावर भर देतात.

२) चिंताग्रस्त-संदिग्ध (anxious-ambivalent) : ही मुलं नवीन व्यक्ती दिसली, तरी घाबरून जातात. आई बाहेर पडली, तर रडून गोंधळ घालतात आणि आई परत आली, तरीही शांत होत नाहीत. हीच मुलं मोठेपणी कुठल्याच नात्यावर विश्वास ठेवू शकत नाहीत.

३) अलिप्त - टाळणारी (avoidant): ही मुलं आईसाठी आग्रही नसतात आणि आई नसली, तरी त्यांना फारसा फरकही पडत नाही. अर्थातच ही मुलं मोठेपणी समाजात अलिप्तपणे वावरतात. भावना व्यक्त करण्यातही कमी पडतात.

४) अव्यवस्थित (disorganized): ही मुलं सर्वार्थानं गोंधळलेली असतात. एका वेळेस त्यांना आई-वडिलांशी काही देणं-घेणं नसतं, तर दुसऱ्या वेळेस घाबरलेलीही असतात. या मुलांना मोठेपणी स्वतःचं पालकपण सांभाळायला जड जातं!

पालकमित्रांनो, या चार शैलींपैकी सध्या आपले आणि आपल्या मुलांचे भावनिक संबंध काय आहेत, हे तुम्ही सहज शोधू शकाल, आणि मग टप्याटप्यानं आपण आपल्या चिमुकल्यांशी खेळून, वेळ देऊन, त्यांच्याशी गप्पा मारून आपली आणि मुलांची सुरक्षित अॅटचमेंट शैली कशी विकसित करायची यावर काम करूयात! कारण आश्वासक भावनिक संबंध मुलांना मोठेपणी भावनिक संतुलन सांभाळायला मदत करतील! कदाचित आपल्या म्हातारपणात आपली काळजी घेतील.

(लेखक ज्येष्ठ बालविकासतज्ज्ञ आहेत.)

www.chiranjeevgodbole.com