सकाळ

हॅप्पी पेरेंटिग...

डॉ. सुनील गोडबोले

हॅप्पी पेरेंटिग : ओळख आदराची

डॉ. सुनील गोडबोले, बालविकास तज्ज्ञ.

सकाळ: कुटुंब (16 December 2023)

एक नेहमी ऐकू येणारी तक्रार - हल्लीच्या मुलांना मोठ्यांबद्दल ‘आदर’ वाटतच नाही. समोरच्याला काय वाटेल याचा विचारच करत नाहीत. इतरांना पटकन ‘तुच्छपणे’ वागवतात. हल्लीच्या पिढीला दोष देऊन उपयोगाचं नाही- कारण ‘आदर’ हा जन्मजात येत नाही, तर ‘आदर करायला शिकवावं लागतं!’

थॉमस लिकोना या ‘हाऊ टू रेझ काइंड किड्स’ या पुस्तकाच्या लेखकानं आदराची सोपी व्याख्या सांगितली आहे- ‘आदर म्हणजे प्रत्येकाशी, अगदी आपल्याला न आवडणाऱ्या व्यक्तीशीसुद्धा असं वागलं पाहिजे, की त्याचा/ तिचा हक्क, सन्मान आणि मूल्यं आपल्याशी समान आहेत! जेव्हा अलेक्झांडर पराभूत झालेल्या पोरस (पुरू) राजाला विचारतो - ‘मी तुझ्याशी कसं वागलं पाहिजे?’ तेव्हा पुरू राजा म्हणतो, की ‘जसं एक राजा दुसऱ्या राजाला वागवेल तसं!’ हा आदर! लहान वयापासूनच आदराची ओळख मुलांना करून देता येईल –

- **आदराची सुरुवात स्वतःपासून होते :** आपण स्वतःला आदरानं वागवतो, की त्यासाठी आपल्या वागण्याबोलण्यात शांतता, सकारात्मकता आणि आत्मविश्वास असला पाहिजे. ‘मी असा कसा बावळट! मी सारख्या चुका करतो’ ही वाक्यं स्वतःचाच अनादर करणारी आहेत! आणि मुलं हे सगळं बघत असतात, लक्षात ठेवत असतात.
- **नम्रपणे; पण ठामपणे बोलणे :** समजा, आपल्या मुलानं काहीतरी चूक केली, तर ‘‘असा कसा रे तू मूर्ख, कळत कसं नाही तुला?’’ असं म्हणण्यापेक्षा ‘‘अरे, जरा चुकलंय बघ. प्लीज, चूक दुरुस्त कर आणि मग आपण पुढचं काम करू,’’ असं सांगितलं, तर अहंकाराला धक्का न लागता चूक दुरुस्त होऊ शकेल.
- **शांतपणे ऐकून घ्यायला शिकवा :** आदर व्यक्त करण्याची ही सगळ्यात सोपी युक्ती आहे. समोरच्याचं बोलणं समजून घेऊन ऐकलं, तर ‘आदर’ तर व्यक्त होतोच; पण त्याबरोबरीनं आपल प्रतिसादही योग्य प्रमाणात दिला जातो.
- **तीन महत्त्वाचे शिष्टाचार:** कृपया (प्लीज), धन्यवाद (थँक्स) आणि क्षमस्व (सॉरी) हे तीन शब्द योग्य वेळेला सहज आणि पटकन् वापरले, तर ‘आदर व्यक्त होणारच.
- **दुसऱ्यांच्या विचारांबद्दल, कृतीबद्दल उत्सुकता दाखवणे :** आपलीच टिमकी वाजवण्यापेक्षा दुसऱ्याचं ऐकून घेण्यात रस घेणं ही आदर दाखवण्याची आणि मिळवण्याचीही गुरुकिल्ली आहे. दुर्दैवानं सध्याचा ‘सोशल मीडिया’ त्याच्या अगदी उलटं शिकवतो.
- **मुलं, विशेषतः, लहान वयात, मुद्दामहून अनादर करत नाहीत!** आपण काहीतरी सूचना देतो- लहान मुलं प्रतिसाद देत नाहीत- अशा वेळी आपण पटकन अनादराचा विचार करतो. प्रत्यक्षात त्यांचं लक्ष नसतं, किंवा दुसऱ्या कशात तरी ती गुंतलेली असतात. अशा वेळेस न रागावता शांतपणे, सकारात्मक पद्धतीनं परत सूचना देणं म्हणजे ‘आदर’ शिकवणं.

(लेखक ज्येष्ठ बालविकासतज्ज्ञ आहेत.)

www.chiranjeevgodbole.com