అధ్యాయం - 5

పి ల్ల లూ - స్వ భా వా లు

___ మీ పిల్లలు తమ రూమ్‌ని చిందరవందరగా చేసి అలా ఇష్టమొచ్చినట్లుగా వుంచుకునే హక్కుందని సాధిస్తున్నారా?

___ వంటింట్లో అన్ని గిన్నెలు పాడుచేసి, తాము చేయలేదని వాదిస్తున్నారా?

___ అక్క చెల్లెళ్ళతో పోట్లాడుతూ, మొదలెట్టింది ఎదుటివాళ్ళేనని డబాయిస్తున్నారా?

___ మీకు ఎదురు చెప్తున్నారా? ఇంటికి లేటుగా వచ్చి కుంటిసాకులు చెప్తున్నారా?

___ ఇంట్లో చిన్న వస్తువులు మాయం అవుతున్నాయా?

___ డబ్బు దొంగిలిస్తున్నారా? ఇంటికి అడ్డమైన స్నేహితుల్ని తెచ్చి మర్యాద చేయలేదని గోలపెడుతున్నారా?

___ పెద్దగా రేడియోలు, స్టీరియోలు, పెట్టి మీకు తలనొప్పి కలిగిస్తున్నారా?

___ ఇంటికి త్రాగొచ్చి, పార్టీ అని సాకు చెప్తున్నారా?

___ కోపం వస్తే ఏది చేతిలో వుంటే అది విసిరేసి, అన్నీ బద్దలు కొడుతున్నారా?

___ అందరితో గొడవలు పెట్టుకొని, ఎవరూ తమని అర్థం చేసుకోవడం లేదని కుమిలిపోతున్నారా?

___ స్కూల్లో టీచర్లతోనూ, తోటిపిల్లలతోనూ గొడవలు పడుతున్నారా?

___ టీచర్లతో చీటికి మాటికి దెబ్బలు తింటున్నారా?

___ అన్నింటిలోనూ తక్కువ మార్కులు తెచ్చుకుంటున్నారా?

___ అయితే మీ పిల్లలు తప్పుదోవన ఉన్నట్లు అర్థం చేసుకోవాలి. బాధగానే వున్నా దానికి విరుగుడు ఏం చెయ్యాలో ఆలోచించాలి. అరవడం, శిక్షించడం, బెదిరించడం వల్ల పెద్ద ఉపయోగం ఉండదు.

___ చాలామంది తల్లిదండ్రులు తమ పిల్లలు చేసే తప్పుల్ని ఒప్పుకోరు. అంత చేదు నిజాన్ని అంగీకరించడానికి వాళ్ళ మనస్సు సిద్దంగా వుండదు. ఉదాహరణకి మా ఇంటిపక్క ఒక బ్యాంకు అఫీసరు కూతురు వుండేది. రాత్రి వంటిగంట వరకూ చదువు నెపం మీద డాబాపై చేరి, చుట్టుపక్కల రూముల్లో చదువుకునే అబ్బాయిలకి సైగ చేసేది. ఒకరోజు అబ్బాయి తండ్రి అది గమనించి కొడుకుని కట్టడిలో పెట్టాడు. ఆమె వేరే అబ్బాయితో ఇది కొనసాగించింది. ఆయన వెళ్ళి ఆఫీసర్‌కి ఈ విషయాన్ని చెప్పాడు. ఆఫీసరు ఆయనతో మాట్లాడటం మానివేశాడు. ఇలా బిగుసుకు కూర్చోవడం వల్ల పిల్లలు తామేం చేసినా పెద్దలే బాధ్యులని అనుకుంటారు. ఇలాంటి సమయాల్లో మంచీ, చెడూ బోధించడం వల్ల మెల్లిమెల్లిగా వాళ్ళలో మార్పు తెచ్చే అవకాశం వుంది.

___ ఇలాంటి చిన్న చిన్న వాస్తవాలు ఎదురైనప్పుడు, అది పిల్లలకి సంబంధించినా, మనకి సంబంధించినా నాలుగు ముఖ్య విషయాలు గుర్తుంచుకోవాలి. ఆటుపోట్లు తప్పవు. ముఖ్యంగా పిల్లల్లో మార్పు తేవాలని మనం బలంగా అనుకుంటున్నప్పుడు ఓ నాలుగు రెస్పాన్స్‌లు ఇవ్వకుండా జాగ్రత్తపడాలి.

1. విసుగొచ్చి మార్పుని గురించి ఆలోచించడం మానేయడం. "ఇక ఈ పిల్లవాడిని మార్చడం నా వల్ల కాదు. వీడిని జీవితాంతం భరించటం నా ధర్మం". అనుకోవడం ఇదంతా మెట్ట వేదాంతం. ఏదో పెళ్ళి చేసుకున్నాం కాబట్టి రాజీపడటం తప్పదు అనే తప్పనిసరి నిర్ణయం ఎదుటి వ్యక్తి లోపాన్ని నిశ్శబ్దంగా భరించడమంటే మన చేతకానితనాన్ని ఒప్పుకోవడమన్నమాట. ఇది మన ఆత్మాభిమానాన్ని అవమానపర్చే విషయం. మన గురించి మనమే యింత తక్కువగా ఊహిస్తున్నప్పుడు ఇక ఎదుటివాళ్ళు మన మాట వినాలని ఎందుకు ఆశించడం! ఇంత నిరాశలోంచి మన పిల్లల మీద మనకి ప్రేమ సడలవచ్చు. రాజీ పడాల్సొచ్చింది కదా అని ఉక్రోషపడవచ్చు. కాబట్టి ఇది చాలాతప్పు పద్ధతి.

2. బలైపోవడం : ఎదుటి వాళ్లలో మార్పురాదన్న విషయాన్ని అంగీకరించడం మొదలెట్టగానే ఆ వ్యక్తి తానెంత మంచివాడో మిగతా కుటుంబ సభ్యులకి చాటాలనుకుంటాడు. తన చేతగాని తనాన్ని - తన త్యాగంగా - తన భర్త గుర్తించాలని తల్లి కోరుకుంటుంది. తాను చేసిన త్యాగాన్ని గుర్తు చేస్తుంటుంది. దీనివల్ల వ్యవహారం మరింతగా బెడిసికొడుతుంది. (నేను కాబట్టి ఈ సంసారం ఈదుతున్నాను, ఈ పిల్లల్తో వేగుకు వస్తున్నా, అనే తల్లులు ఈ కోవకు చెందినవారే)

3. ప్రతీకారం : ఇది ఓటమిని తట్టుకునే మనస్థయిత్యం లేనప్పుడు తీసుకునే చర్య. దీనివల్ల ఎటువంటి లాభమూ వుండదు. అంతేకాక ఎదుటివాళ్ళను కూడా ప్రతీకారానికి రెచ్చగొడతాయి. (పిల్లలు తప్పుచేస్తే, బెల్టు తెగేలా కొట్టడం లేదా ఉపవాసం వుండటం ద్వారా తనని తానే శిక్షించుకోవటం)

4. వెన్ను చూపడం : ఎదుటివాళ్ళలో మార్పురాదన్న విషయం స్పష్టమవగానే, ఇక ఏ విషయంలోను ఆసక్తి చూపడం మానేస్తారు. కొందరు ప్రేమ, క్రేరింగ్ అనేవి మర్చిపోతారు. ఒకే ఇంట్లో అపరిచితుల్లా బ్రతుకుతూ వుంటారు. దీనివల్ల చాలా నష్టపోవాల్సి వస్తుంది.

ఈ నాలుగు పద్దతుల్నీ అవలంబించకపోవడం వల్ల సగం సమస్యల్ని దూరం చేస్కున్నట్టే. ఒ పద్ధతిలో మంచి చేసుకోవటంవల్ల పనులు సానుకూలపడవచ్చు. దీనికి ముందుగా ఓ ప్లాన్ సిద్దం చేసుకోవడం ముఖ్యం. మనం పలికే విధానంలో, చెప్పే పద్దతిలో చాలా ఎఫెక్టు వుంటుంది.

రిక్వెస్టు అన్నది నెగిటివ్ కాకుండా సూటిగా పాజిటివ్‌గా వుండాలి. 'ఇలా చేయద్దు' అనేకంటే 'ఇలా చేస్తే బాగుంటుందేమో' అంటే ఎఫెక్టు గొప్పగా వుంటుంది. 'మీరిలా చేస్తే నేను చాలా సంతోషిస్తాను. మీకు మాత్రం నా సంతోషం కంటే ఏది ముఖ్యం చెప్పండి' అనడం వల్ల పిల్లల ముందరి కాళ్ళకు బంధం వేయవచ్చు. వాళ్ళ లోపాల్ని కాకుండా వాళ్ళ గొప్పతనాన్ని ఎత్తిచూపడం వల్ల మార్పు సులభమవుతుంది.

ఇలా భావాల్ని పంచుకోవడం వల్ల దగ్గరితనం కూడా పెరుగుతుంది. మనం ఎందుకది ఆశిస్తున్నామో, దానివల్ల ఎదుటివ్యక్తికి ఎంత అవసరమో తెలియజెప్పాలి. అంతా వివరించాక, ఏం చేస్తే ఎలాంటి ఫలితాలుంటాయో ఊహించి, రకరకాల ఆల్టర్నేటివ్‌లు ఆలోచించి పెట్టుకోవాలి.

వారి మానసిక స్థితినిబట్టి, వారి వీలుని బట్టి, ఏదో ఒక పద్ధతిని అవలంభించాలి. ఇదంతా నెమ్మది మీద, ఓర్పుమీద జరగాలి. హడావిడి పడితే లాభం వుండదు. చిన్న చిన్న స్టెప్స్‌లో కార్యక్రమాన్ని తేలిగ్గా కన్పించేలా చేసుకోవాలి.

అది చేయడానికి ఎదుటి వ్యక్తికి నిరంతరమూ సహకారాన్నీ, ఉత్సాహాన్నీ, ప్రోత్సహాన్నీ యివ్వాలి. మనం తనని నమ్ముతున్నామన్న భావన కలిగించే భద్రతనూ, ఆనందాన్నీ ఎదుటి మనిషికివ్వాలి.

చిన్న పిల్లలలో తలెత్తే సమస్యలు :

ఈ సమస్యల గురించి స్థూలంగా క్రిందటి అధ్యాయంలో చర్చించాం. ఇప్పుడు మరింత వివరంగా పరిశీలిద్దాం. చిన్నపిల్లల సమస్యల గురించి తెలుసుకోవాలంటే, మనం చిన్న పిల్లలుగా వున్నప్పుడు ఎంత చిన్న సమస్యలు మనల్ని బాధించేవో ముందు గుర్తుచేసుకోవాలి.

స్కూల్లో ఇష్టమైన టీచర్ వెళ్ళిపోవడమో, స్నేహితులు దూరమవడమో, తల్లిదండ్రులు గొడవపట్టంలాంటివి పిల్లల మనస్సుమీద తీవ్రమైన ప్రభావం చూపిస్తాయి. తల్లిదండ్రులు పిల్లల్లో చురుకు ఎందుకు తగ్గిపోయిందా అని కంగారుపడి డాక్టర్ల చుట్టూ తిరిగేబదులు, కారణాలు వెదకడానికి ప్రయత్నించాలి.

కొత్త స్కూల్‌కి వెళ్ళడం, కొత మనుషులతో మాట్లాడాల్సి రావడం, పరీక్షలో తక్కువ మార్కులు రావడం, పెంపుడుకుక్క చనిపోవడం, స్నేహితులతో కీచులాడుకోవడం లాంటివెన్నో కారణాలు వాళ్ళకి సమస్యలుగా కన్పిస్తాయి.

ఆ టైంలో వాళ్ళ ఫీలింగ్స్‌ని అర్థంచేసుకోవడానికి ప్రయత్నించాలి. నెమ్మదిగా నచ్చచెప్పి, ధైర్యం తెప్పించాలి. లేదంటే కొన్ని చిన్న చిన్న భయాలు తర్వాత్తర్వాత "ఫోబియాలు"గా మారచ్చు.

ప్రతీదీ ఓపిగ్గా, విశదీకరించి, అర్థమయ్యేలా చెప్పడం వల్ల మనం వాళ్ళకి చాలా

దగ్గరవ్వచ్చు. సెక్స్ గురించి, మంచి, చెడు గురించి వాళ్ళతో చర్చించి వాళ్ళకో అవగాహన కల్పించాలి. తర్వాత చాలా ఎంగ్జయిటీగా ఫీలవుతారు. ముందు అలాంటి సమస్యల్ని ఎదుర్కోకపోవడం వల్ల దాన్ని తట్టుకోవడం కష్టంగా వుంటుంది.

అదే పెద్దవాళ్లయితే జరిగిందాన్ని గురించి పదే - పదే తల్చుకోవడం వల్ల ఆ వ్యధనుంచి బయటపడతారు. ఇంత ఆలోచన పిల్లలకు వుండదు. మెల్లిమెల్లిగా వారు నిజాన్ని అంగీకరించడానికి ప్రయత్నిస్తారు. ఇదికూడా వారికి మొదట్లో కష్టంగానే వుంటుంది. పెద్దవాళ్ళు స్నేహితులతోనూ, బంధువుల్తోనూ సంప్రదింపులు, సలహాలు చేస్తారు.

కానీ, పిల్లలు అలా చేయలేరు. ఎక్కువగా మాట్లాడటం, ఎక్కువగా తల్చుకోవడం వాళ్ళను మరీ దిగులు పరుస్తుంది. ఇలా ఎక్కువకాలం సాగితే, వాళ్ళు భవిష్యత్తులో భయస్థులుగానూ, అసమర్ధులుగానూ మారే అవకాశముంది. అందుకే పెద్దవాళ్ళు వాళ్ళ మందకొడితనాన్ని గుర్తించి, పరిస్థితిని చక్కదిద్దడం మంచిది.

వాళ్ళ స్థాయికి దిగి వాళ్ళ కష్టమేంటో తెల్సుకోవాలి. వాళ్ళకే సలహాలు ఇవ్వకుండా, దాన్ని తప్పించుకోవడానికి ఎన్ని మార్గాలున్నాయో తెలియచేసి, నిర్ణయాలు వాళ్లకే వదిలేయాలి. కానీ, మంచి నిర్ణయం తీసుకోవడానికి సహాయపడాలి.

వాళ్ళ కర్ధమయ్యే భాషలో మాట్లాడాలి. వారినా అయోమయ స్థితినుండి బయటికి తేవాలి. భవిష్యత్తులో అలాంటి సమస్యలొచ్చినా తట్టుకునే స్థయిర్యం కల్పించాలి.

పిల్లల మానసిక ఎదుగుదలని మూడు రకాలుగా విభజించవచ్చు.

మొదటి దశ :

కిండర్‌గార్డెన్, నర్సరీలకి వెళ్లే వయస్సులలో పిల్లలకి ఏ అవగాహనా వుండదు. ఏది యెలా యెందుకు జరుగుతుందో తెలీదు. చిన్న బాధకి కూడా తట్టుకోలేరు. తమకు జలుబు చేసినా, అది తాము చెడ్డవాళ్ళయినందువల్లే ననుకుంటారు. వాళ్ళ కిలాంటి భావాలు రావడానికి పెద్దవాళ్ళు చాలమటుకు కారణం.

అందుకే పెద్దవాళ్ళు పిల్లల్లో అన్నీ అనవసర భయాలు కల్పించకుండా, వాళ్ళ ఫీలింగ్స్ వాళ్ళు ధైర్యంగా చెప్పగలిగేలా చేయాలి. దీనివల్ల వాళ్లకి సెల్ఫ్‌కంట్రోల్ పెరుగుతుంది. ఓపిగ్గా ప్రశ్నలు అడిగి, వాళ్ళచేత సరయిన సమాధానాలు రాబట్టి వాళ్ళ ఆలోచనా శక్తికి పదునుపెట్టాలి.

దానిక్కాస్త సమయం పట్టినా, మనకు బాగా అసహనం కలిగించినా, మనం ఓర్పు వహించక తప్పదు. మరీ చిన్నపిల్లల్తో డీల్ చేసేటప్పుడి ఈ నాలుగు విషయాలు గుర్తుపెట్టుకోవాలి.

1. చిన్నపిల్లలు సాధారణంగా మొండిగా, స్వార్ధంగా, అహంభావంగా వుంటారు. ప్రపంచమంతా తమ చుట్టూనే తిరుగుతుందనే ధీమాలో వుంటారు. ఇతరుల గురించి

ఆలోచించరు. అదంతా మామూలే వాళ్ళలోకంలో వాళ్ళుంటారు. వాళ్ళ భాషలో వాళ్ళు మాట్లాడుకుంటారు. ఇతరులకు అర్థం అవుతోందా లేదాని ఆలోచించరు. అన్నీ వాళ్ళ ఇష్టప్రకారం జరగాలని, వేరే వాళ్ళకి జవాబు చెప్పుకోవాల్సిన అవసరం లేదని అనుకుంటారు. ఏడేళ్ళు వచ్చేవరకూ అసలు తమకీ, ఇతరులకీ ఆలోచనల్లో వున్న బేదం వాళ్ళు గుర్తించరు.

2. పెద్దవాళ్ళుగా మనం భాష విషయంలో చాలా జాగ్రత్త వహించాలి. వాళ్ళతో చక్కగా, హుషారుగా, అర్ధమయ్యే బాషలో ఆసక్తికరంగా మాట్లాడటం వల్ల వాళ్ళకి దగ్గరవ్వచ్చు. మనం కోపంగా మాట్లాడితే, వాళ్ళకి మన కోపమే అర్ధమవుతుంది కానీ, దాని వెనుక వున్న భావం అర్థం కాదు. మనం 'సంబంధం లేదు' అనుకునే విషయాలు కూడా వాళ్ళకి ఏదో లింకు వున్నట్లుగా కన్పిస్తాయి.

ఉదాహరణకి తండ్రి జ్వరంతో ఆఫీసునుండి ఆలస్యంగా వచ్చాడంటే, ఆఫీసునుండి ఆలస్యంగా వస్తే, జ్వరం వస్తుందేమోననే భ్రమపడతారు. అలాటప్పుడు ఆపీసంటేనే భయం పెంచుకుంటారు.

3. మరీ ఎక్కువగా విషయాలు విపులీకరించి చెప్పడం వల్ల పిల్లలు మర్చిపోయే అవకాశం వుంది. అందుకే మెల్లిమెల్లిగా కొన్ని - కొన్ని విషయాల్నే వాళ్ళకి మననం చేయించి ఎప్పటికీ గుర్తుంచుకునేలా చేయాలి. వాళ్ళు ప్రతి విషయాన్ని కూలంకషంగా పరిశీలించి, అర్థం చేసుకునేలా చూడాలి. విడివిడిగా వున్న బొమ్మ ముక్కల్ని అతికించి, బొమ్మను పూర్తి చేయడం , పజిల్స్ పూర్తిచేయడం లాంటి ఆటలతో వారి పరిజ్ఞానాన్నీ, ఆలోచనా శక్తినీ పెంపొందించవచ్చు.

4. తామే పని చేసినా, ఫలితానికి తామే బాధ్యులమని పిల్లలు అనుకుంటారు. ఇది ఒకందుకు మంచిదే అయినా, వారిలో గిల్టీ ఫీలింగ్ పెరక్కుండా చూస్కోవాలి. వారు ఎప్పుడూ తాము చెప్పిందే ఎదుటివారు వినాలన్న ఆలోచన్లో వుంటారు. ఇది మామూలే అయినా, భవిష్యత్తులో ఆటంకం కాకుండా చూస్కోవాలి. పెద్దవాళ్ళకి గౌరవం యివ్వడం, ఎక్కడికయినా వెళితే అక్కడ మర్యాదగా ప్రవర్తించడం, ఈ దశలోనే తెలియచెప్పాలి. వారి తెలివితేటలు, ఆలోచనాశక్తి మంచి విషయాలపై కేంద్రీకృతమయ్యాయో లేదో గమనిస్తూ వుండాలి.