నేర్చుకునేటప్పుడు అవి స్కిల్స్, కానీ అలవాటయిపోయాక, ప్రాక్టీస్ పెరిగాక, మనం పెద్దగా ఏకాగ్రత చూపించకుండానే, ఆ పనిని రొటీన్‌గా పూర్తి చేసుకుంటాం కనుక అవి అలవాట్లు అయిపోతాయి.

అతి క్లిష్టమైన సమస్యల కోసం, మన శక్తిని, తెలివితేటల్ని ఉపయోగించడం జరుగుతుంది. అందుకే సైకాలజిస్టులు 'అలవాట్లు' అనే సబ్జెక్టుమీద అంత శ్రద్ధ చూపిస్తారు. మంచి అలవాట్లని చేసుకోవడం వల్ల మన జీవితాలు మరింత బాగుంటాయని వీరి భావన. మంచి పన్లు చేయడం అలవాటయిపోతే, ఉన్న కొద్ది చెడ్డ గుణాలు కూడా తొలగిపోయి, ఆ అలవాట్లే శాశ్వతమవుతాయని వీరు విశ్వసిస్తారు.

కనుక పెద్దవాళ్ళు తమ పిల్లలకు మంచి అలవాట్లని, క్రమశిక్షణని నేర్పాలి. ఒక పదహారేళ్ళ కుర్రవాడికి సిగరెట్ ఎంత ఆనందం యిస్తుందో, మరొక కుర్రవాడికి పుస్తక పఠనం అంత ఆనందం ఇస్తుంది.

'ఆనందం' ఒకటే అయినప్పుడు మంచి చెడు అలవాట్లు దేనికి? - ఈ విషయాన్ని తల్లిదండ్రులు పిల్లలకి అర్థమయ్యేలా చెప్పాలి.

అయితే ఈ అలవాట్లకి మరో కోణం కూడా వుంది. మంచి అలవాట్లు చేసుకోవడం యెంత కష్టమో, చెడ్డ అలవాట్లు చేసుకోవడం అంత తేలిక. ఇవి కూడా ఒకసారి అలవాటయిపోతే, వదులుకోవడం చాలా కష్టం.

ఏ అలవాటయినా వ్యసనమైతే చాలా ఇబ్బందులు ఎదురవుతాయి. ఓ రకమైన జీవితానికి అలవాటుపడ్డ మనిషి, ఏదో కారణం వల్ల అనారోగ్యంవల్లే అనుకోండి, తన పద్ధతుల్ని మార్చుకోలేకపోతే ప్రమాదం అని తెలిస్తే, మార్చుకోనూలేక, అలాగని వుండనూలేక సతమతమయిపోతాడు.

ఇంకో ఉదాహరణ : ఓ దొంగని తీసుకుందాం. ఎప్పుడో ఓసారి రిస్క్ తీసుకుని దొంగతనం చేసి ఓ రెండు మూడు నెలలు గడిపేస్తాడు. ఈ జీవితం అతనికి ఎక్సైట్‌మెంట్‌ని, తృప్తిని, సుఖాన్నీ కలిగించవచ్చు. అతన్ని మార్చాలనుకునేవాళ్ళకి అది అసాధ్యమనిపిస్తుంది. అతను చేసేది తప్పని కన్విన్స్ చేయగలిగినా, అతనికి నచ్చిన ఆ వృత్తిలోంచి బయటపడటానికి ఓ పట్టాన ఒప్పుకోడు.

బహుమతుల ద్వారానో, శిక్ష ద్వారానో మనం యితరుల్ని బాగుపరచే అవకాశాలున్నాయి. బహుమతి అయినా, శిక్షయినా అది అందుకునే వ్యక్తికి - తన చర్యలకి, ఆ ప్రతిఫలానికీ వున్న సంబంధం స్పష్టమై వుండాలి. కేవలం అప్పుడే దాని విలువ తెలుస్తుంది. తనకు రివార్డ్ ఏ విషయానికి వచ్చిందో తెలిస్తే అతను అదే ప్రవర్తనను మళ్ళీ రిపీట్ చేసే అవకాశం వుంది. అలాగే, తనకు శిక్ష ఎందుకు లభించిందో అర్థమైతే, దానికి స్పందించే వ్యక్తి తిరిగి ఆ పని చేయడు.

చదువు విషయానికొస్తే పిల్లలకు క్రమశిక్షణ నేర్పడంలో దండననే ఆయుధంగా ఉపయోగిస్తున్నారు. సైకాలజిస్టులు దీన్ని చాలా నిరసించినా, ఎవరూ పట్టించుకోవడం లేదు. తాము ఎందుకు దండింపబడుతున్నామో తెలీని స్థితిలో పిల్లలుంటే, ఇక వాళ్లు కొత్తగా నేర్చుకునేది ఏముంది? చాలా ఎక్కువగా దండించినా, పెద్దవాళ్ళు తమను అన్యాయంగా చావబాధారన్న కసిని పిల్లలు పెంచుకోవచ్చు. ఇలాంటి పద్ధతుల్లో శిక్షించడం అంత మంచిది కాదు. అలాగే ప్రతి చిన్న మంచి పనిక్కూడా వాళ్ళకి రివార్డ్స్ యివ్వడం వల్ల వాటి విలువ తరిగి అర్థం మారిపోయే ప్రమాధం వుంది.

చాలా మంది తల్లిదండ్రులు పిల్లల్ని తప్పుచేసినందుకు మాత్రమే కాక, తమ చిరాకుల్నీ, కోపాల్నీ తీర్చుకునేందుకు కూడా శిక్షిస్తారు. వాళ్ళే చాలా కోపంలో వుండటం వల్ల, శిక్ష మరింత కఠినంగా వుంటుంది. అందుకే పిల్లల్ని దండించేముందు తల్లిదండ్రులు, అది తమ కోపం తీర్చుకోవడం కోసమా? లేక పిల్లల తప్పును సరిదిద్దడానికా? అన్నది తర్కించుకోవాలి. ఏదేమైనా, అన్యాయంగా దండింపబడుతున్నామన్న కసినీ కాక, ఎందుకు దండింపబడుతున్నారో తెల్సుకునే జ్ఞానం పిల్లలకు కలిగించడం చాలా అవసరం. మరి కొంతమంది తల్లిదండ్రులు పిల్లలను దండించడానికి చాలా ముందు వెనుకలు ఆలోచిస్తారు. ఇది తమపట్ల వాళ్ళకున్న వీక్‌నెస్ అని పిల్లలు అర్థం చేసుకుని, అది ఎక్స్‌ప్లాయిట్ చేసే అవకాశం వుంది. ఒకటి అతివృష్టి - మరొకటి అనవృష్టి.

పిల్లల్ని కంట్రోల్ చేయాలనుకునే ముందు తల్లిదండ్రులు, ఇద్దరూ ఒకే మాట మీద వుండాలి. లేదంటే గడుగ్గాయి పిల్లలైతే ఆ విషయం ఇట్టే పట్టేసి, ఒకరికి వ్యతిరేకంగా మరొకరితో ట్రిక్స్ ప్లే చేసే ప్రమాదం వుంది.

పిల్లలు తల్లిదండ్రులు ఊహించినంత అమాయకంగా ఏం వుండరు. వారిలో గమనింపు ధోరణి చాలా యెక్కువ. తల్లిదండ్రుల మధ్య తేడాల్ని వారు తేలిగ్గా గ్రహించేయగలరు. దీనిని తమకు అనుకూలంగా కూడా మార్చుకోగలరు.

అయితే తల్లిదండ్రులు పిల్లలకెప్పుడూ ప్రేమ విషయంలో ఏ కొరతా రానివ్వకూడదు. రివార్డ్స్‌ని వస్తు రూపంలోనో, చిన్న పొగడ్త రూపంలోనో యిస్తూ వారి ముందర కాళ్ళకు బంధం వేయాలి. అవసరమైతే చిన్నగా కోప్పడ్డమో, తమ కిష్టం లేదని సున్నితంగా చెప్పడమో, మందలించడమో చేయాలి. ఒకో సందర్భంలో ఒకో విధంగా దేనికి తగ్గట్టుగా అలా ప్రవర్తించడంతో పిల్లలు ఆ తేడాలు గమనించి, తమ నడవడికను సరిదిద్దుకునే అవకాశం వుంది.

చిన్నతనంనుంచే పిల్లలు తల్లిదండ్రులు విధించే శిక్షలు తప్పించుకోవడానికే ప్రయత్నిస్తారు. కొంతమంది పిల్లలు తమ తల్లిదండ్రుల బలహీనతల్ని యిట్టే పట్టేస్తారు. తమను కొట్టడం తల్లికో, తండ్రికో యిష్టం లేదని, తమ ఏడుపుని, మొండితనాన్ని భరించలేదని గ్రహిస్తారు.

అందుకే ఏడ్చి, మొండితనం చేసి తమ కోరికల్ని సాధించుకుంటారు. ఒక్కోసారి పిల్లల్ని క్రమశిక్షణగా వుంచే తల్లిదండ్రులకే భేదాభిప్రాయాలు తలెత్తే సమస్య వుంది. దీంతో పిల్లలకి యిద్దరూ చెరో రకమైన ఇన్‌స్ట్రక్షన్స్ ఇస్తారు. పిల్లలు దీన్ని ఓ అవకాశంగా తీసుకుని ఒకరికి తెలియకుండా మరొకరితో చేతులు కలిపి, తమ పబ్బం గడుపుకోవాలని చూస్తారు. అందుకే పిల్లల్ని మరీ అమాయకులుగా అంచనా వేయకుండా, వారి ఎదురుగానైనా కలసికట్టుగా వుండటం శ్రేయస్కరం.

ఒకోసారి తల్లిదండ్రులకి కూడా కొన్ని ఇబ్బందులుంటాయి. ఇంట్లో వున్న ఇతర వ్యక్తులు (ముఖ్యంగా పెద్దవాళ్ళు) పిల్లల్ని పెంచడంలో వేరే రకమైన అభిప్రాయాలు కలిగి వుండవచ్చు. పిల్లల్ని కొట్టడానికి, దండించడానికి వాడు వ్యతిరేకత చూపవచ్చు. అలాంటప్పుడు వాళ్ళని కాదని వీరికి క్రమశిక్షణ నేర్పడం సాధ్యపడదు.

ఇంటి ఇరుగు పొరుగువారు కూడా రకరకాల సలహాలిస్తూ వుంటారు. వాటిలో కొన్నైనా పాటించకపోతే, భేదాభిప్రాయాలు తలెత్తే ప్రమాదం వుంది. ఇక స్కూల్లో టీచర్ పిల్లల విషయంలో వేరుగా ఆలోచించవచ్చు. తల్లిదండ్రులు ఏదైనా చెప్తే పిల్లలు 'కాదు, మా టీచర్ అలా చేయమంది' అంటారు.

ఇలా పిల్లవాడి సాంఘిక జీవనం పెరిగేకొద్దీ, అతన్ని ప్రభావితం చేసే ఇతర వ్యక్తుల అభిప్రాయాల్ని కూడా తల్లిదండ్రులు గుర్తించి గౌరవించవలసి వుంటుంది. పిల్లవాడు అడాలసెంట్ అయ్యేసరికి, చాలామంది తమ తల్లిదండ్రుల పెంపకంలో ఏదో గొప్ప లోపముందని గ్రహిస్తారు. వారి ప్రవర్తన వీరికి అర్థంకాదు. ఇక కంట్రోల్ చేసే విషయాలు మరిచిపోవలసినదే.

పిల్లల్ని అర్థం చేసుకోవడమెలా?

ఈ విషయానికి మొదట్లో పెద్ద ప్రాధాన్యత ఇచ్చేవారుకాదు. ఎందుకంటే అప్పుడన్ని కుటుంబాలూ ఒకే విధంగా వుండేవి. పిల్లలు తల్లిపాలు త్రాగేవరకూ ఆమెనే అంటిపెట్టుకుని వుండేవారు. తరువాత ఆట పాటల వయస్సులో తల్లి తన పని తాను చేసుకుంటూ పిల్లల్ని ఓ కంట కనిపెడుతూ వుండేది.

తండ్రి అస్సలు పిల్ల పెంపకం విషయంలో కల్పించుకునేవాడు కాదు. పెరిగి పెద్దవారయ్యాక, ఆడపిల్లయితే యింటిలో తల్లికి, మొగపిల్లవాడయితే బయట తండ్రికి పనిలో సాయపడేవారు. చిన్నవయసులోనే పెళ్ళిళ్ళు చేసుకుని ఆనందంగా కాపురాలు చేసుకునేవారు.

ఇప్పటికీ ఇంత ఆనందకరమైన జీవితాన్ని గడిపే అదృష్టం ఉన్న వాళ్ళున్నారు.

అయితే సాంఘిక జీవన విధానంలో మార్పులొచ్చేసరికి ఈ చిన్న సింపిల్ జీవితానికి అందరం దూరమయ్యాం. మనకూ, మన పిల్లలకూ కూడా జీవితాన్ని క్లిష్టతరం చేసాం. పిల్లల

పెంపకం విషయంలో అనేకమైన భయాందోళనలకు గురి అవుతున్నాం. పిల్లలకి తిండి అరగకపోయినా కంగారుపడతాం. పిల్లలు త్వరగా నడక నేర్చుకోకపోయినా, తిట్లు నేర్చుకున్నా తెగబాధపడిపోతాం.

మూడో ఏడు రాగానే వాళ్ళని స్కూల్లో పారేసి ఇంకా అక్షరాలు దిద్దడం నేర్చుకోనట్లేదేంటా అని దిగులుపడతాం. వయస్సు పెరిగేకొద్దీ, పిల్లల చదువు, మార్కులు, ఐ.క్యూ. గురించి దిగులు చూపిస్తాం. ఇవన్నీ కల్సి వాళ్ళ చిన్న బుర్రల్ని ఎంత అవస్థలకు గురి చేస్తాయో గుర్తించం. ఇవన్నీ వాళ్ళని అయోమయంలో పడేసి, వాళ్ళ అభివృద్ధికి నిరోధకాలు అవుతున్నామేమో అనికూడా ఆలోచించం. ఇవీ, మన తల్లి దండ్రులకుండే బాధలు.

తండ్రి మంచి స్థితిలో వుండినట్లయితే, పిల్లల భవిష్యత్తుని గురించి పెద్దగా చింతించాల్సిన అవసరం లేదు. వారు తండ్రి వృత్తినే చేపడతారు. వీరికి కెరియర్ విషయంలో పెద్దగా ఛాయిస్ వుండదు.

చిన్నప్పుడు అమ్మకొంగు పట్టుకు తిరిగి, తర్వాత ఇరుగు పొరుగు వాళ్ళతో చేరి ఆటలాడి, తర్వాత ఓ వయసొచ్చాక తండ్రికి పనిలో సాయపడుతూ, తండ్రి ఇక పని చేయలేని స్థితిలో అతన్ని రిటైర్ చేసి, ఆ స్థానాన్ని భర్తీ చేయడం, పెళ్ళిళ్ళు, పిల్లలు అన్నీ త్వరత్వరగా జరిగిపోయి, పెద్ద గొడవలు లేకుండా సాఫీగా సంసారాలు చేసుకుంటారు. వీరికి ఏ పిల్లల మనస్థత్వ శాస్త్రవేత్తల అవసరం ఎదురవ్వదు.

యాంత్రిక జీవనం మొదలైనప్పటినుంచి, సంఘంలో బ్రతకడం మరీ క్లిష్టతరమైపోయింది. రకరకాల ఉద్యోగాలు, రకరకాల చదువులూ వెలిశాయి. చదువు అందరికీ లభ్య మైపోతూంది. బాల్యమూ, కౌమారమూ కూడా స్కూళ్ళలోనే గడిచిపోతూంది. తర్వాత ఏం చెయ్యాలా అన్నది అందర్నీ వేధించే ప్రశ్న.

పిల్లల పెంపకాల గురించి కొత్తగా వెలువడిన అడ్డమైన థియరీలు, ఎవర్నెలా పెంచితే ఏం జరుగుతుందోనని రకరకాలుగా చెప్పి, ఏదీ అర్ధంకాకుండా తల్లి దండ్రుల్ని అయోమయంలో పడేస్తాయి.

చదువుకున్న తల్లిదండ్రులకి ఈ ప్రాబ్లమ్స్ మరీ ఎక్కువ. ఈ ఏంగ్జయిటీ ఎక్కువయేకొద్దీ సమస్యలు మరింత జటిలంగా కన్పిస్తాయి. దాంతో పిల్లలనుంచి ఎక్కువ ఆశిస్తారు. దీనికంటే అసలు పిల్లల ప్రాబ్లెమ్స్ ఏవిధంగా వుంతాయో తెల్సుకోవడం మేలు.

పిల్లల్ని అర్థం చేసుకోవడం తేలికే, ఎటొచ్చీ వారిని కంట్రోల్ చేయడమే మరీ కష్టం. తల్లిదండ్రులు తమని తాము ముందు అదుపులో వుంచుకోగలిగితే, ఈ బాధ్యత సగం వదిలినట్లే. వారికిక తమ లోపాలు, తప్పిదాలు తమకే అర్ధమై, పిల్లల్ని శిక్షణలో పెట్టే సమయంలో వాటిని సరిదిద్దుకుని ప్రవర్తిస్తే, ఎంతో సాదించినట్లే. అసలైన గొప్ప విజయం ఏంటంటే, పిల్లల్ని క్రమశిక్షణలో పెడుతూ కూడా ఇంట్లో ఆహ్లాదకరమైన ఆనందకరమైన వాతావరణాన్ని

నెలకొల్పగలగడం.

ఉపసంహారం

సూడో మంచి గుణాలు :

తల్లిదండ్రులు పిల్లలకి ఎప్పుడూ కేవలం ప్రేమ, భద్రత యిచ్చి, వ్యక్తిత్వ వికాసానికి కావల్సిన మనోధైర్యం, సపోర్ట్స్ యివ్వకుండ, 'నీకు మేమున్నాం' అంటూ..... ఎప్పటికప్పుడు వాళ్ళ అవసరాల్ని తీరుస్తూ వుంటే, స్వశక్తిమీద వాళ్ళకు నమ్మకం కలగదు.

కాకమ్మ కథల్లోలా కేవలం వాళ్ళకు మంచి గురించి, సాత్వికత గురించి మాత్రమే చెప్పకుండా ప్రపంచంలో రకరకాల మనుష్యుల్తో ఎలా డీల్ చేయాలో నేర్పాలి. పిల్లలను అమాయకులుగా, నిర్వీర్యంగా, ఎప్పుడూ ఎవరిమీదో ఆధారపడే పారసైట్‌లా కాక, స్వతంత్రంగా, కంపీటెంట్‌గా తయారుచేయాలి.

అమాయకులను దేవుడే కాపాడుతాడులాంటి పిచ్చి పిచ్చి నమ్మకాల్ని, వాళ్ళకి కలిగించడం వల్ల వాళ్ళు తెలివిగా స్వతంత్రంగా ఆలోచించటం కూడా తప్పేమో అని 'సూడో' మంచి గుణాలు అలవర్చుకుంటారు. 'సూడో' అంటే - భ్రమ.

ప్రపంచం మీద నమ్మకముంచుకోవడం మంచిదే కానీ, నెమ్మదిగా అన్యాయాల్నీ, మోసాల్నీ గురించి కూడా తెల్సుకోవడం మంచిది. వయస్సుకి తగిన వ్యక్తిత్వం అలవర్చుకోవడం ఎంతైనా అవసరం. మనం కష్టపడి పనిచేయడం వల్ల మనకు చాలామంచి జరుగుతుంది. మనను అందరూ గౌరవిస్తారు', 'అందరూ ఒక్కటిగా కల్సి వుండడం వలన కష్టాలు కల్సి పంచుకోవచ్చు,' లాంటి నీతికథలు చెప్పడం వలన పెద్దగా ప్రమాదమేం వుండదు. ఎందుకంటే, దానిలో అంతో ఇంతో నిజముంది కనుక, ఆ సిద్ధాంతం నమ్మడంలో తప్పేంలేదు కనుక.

భవిష్యత్తులో కష్టానికి తగ్గ ఫలితం నిజంగా లభించకపోయినా, అప్పటికి తగిన మెచ్యూరిటీ వుండి వుండడం వల్ల మానసికంగా అంత అప్‌సెట్ అయ్యే అవకాశం లేదు. పిల్లల్ని ఊహాలోకాల్లోనూ, కలల్లోనూ విహరింపచేసే కథలు - జీవితంలో హఠాత్తుగా ఎదురయ్యే ఏక్సిడెంట్లకూ, విపత్తులకూ తట్టుకునే మనస్థయిర్యాన్ని కలిగించవు. రాజకీయంగా, సామాజికంగా జరిగే మార్పులవల్ల, దేశంనుండి దేశం వలస వెళ్ళాల్సి రావాల్సి వచ్చినప్పుడో, యుద్ధసమయాల్లో ప్రాణభీతితో గడపాల్సి వచ్చినప్పుడో, అమాయకత్వం నుంచి బలవంతంగా బయటపడాల్సి రావచ్చు. దీని ఫలితం దారుణంగా వుంటుంది.

నీతైన చందమామ కథలు ప్రస్తుత సమాజంలో నిజమని నమ్మటం వల్ల కలిగే మానసిక సమస్యలకూ, విపత్తులకూ అంతంత పెద్ద కారణాలే అవసరం లేదు. ఇళ్ళలో అతి సాధారణంగా మనకు ఎదురయ్యే హిపోక్రసీకూడా కారణం కావచ్చు. పెద్దవాళ్ళు పిల్లలకు

తామేం చెప్పారో మర్చిపోయి, అవే తప్పులు వాళ్ళు చెయ్యడం వల్ల, పిల్లలు ఓ రకమైన అయోమయంలో పడిపోతారు.

ఏది నమ్మాలో, ఏది నమ్మకూడదో, నిజమేదో, అబద్ధమేదో తెలీని స్థితిలో అభద్రతాభావం, అపనమ్మకమూ పెంచుకుంటారు. పిల్లలు పెద్దలు చేసే తప్పుల్ని ఎత్తి చూపితే, పరిస్థితులు మరింత దారుణంగా వుంటాయి. అలాచేస్తే వారు సాధారణంగా దండనకు గురవుతూ వుంటారు.

దాంతో అప్పటివరకూ ఎంతో నమ్మకం పెంచుకుని, ఎంతో నిశ్చింతగా వున్న వారి లేత మనసుల్లోకి మోసం అనేది, అబద్ధాలనేవి వుంటాయన్న నిజం నాటుకుపోతుంది. అందుకే అలాటి పనులు చేసినప్పుడు, దానికి సరైన కారణం పిల్లలకు చూపించాల్సిన బాధ్యత తల్లిదండ్రులదే. ఇలా ఒకటి రెండుసార్లు పొరపాట్లు జరగడం వల్ల వారు ఆ అయోమయస్థితిలో గతపు తీయటి జ్ఞాపకాల్లోకి వెళ్ళిపోయి బతికేయడం మొదలుపెడ్తారు.

ముందు ముందు తమ భావాలన్నీ వున్నదున్నట్టుగా చెప్పడం మర్చిపోయి, ఎవరేమంటారోననే భయంతో ఆలోచించి జాగ్రత్తగా, సేఫ్ అన్పిస్తేనే మాట్లాడ్డం మొదలుపెడ్తారు. రిస్క్ వున్న పనులు దాటేయటం అక్కడ్నుంచి మొదలవుతుంది. ఈ స్థితిలో అసలైన, స్వచ్ఛమైన అమాయకత్వం పోయి, హిపోక్రసీ మొదలవుతుంది. దీన్నే సూడో - ఇన్నోసెన్స్ అంటారు. ఈ దశలో వారు తమ గొప్పతనాన్ని గుర్తుంచుకోరు.