□□□□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□□□□□ □□□□ □□□□□□□□?

□ □□□□□□□□. □□□□□□□□□□ □

"டிவி பார்க்காதேன்னு சொல்லி முடிக்கிறதுக்குள்ள மூணு சேனல் மாத்திடறான்...

ஃப்ரிட்ஜை திறக்காதேன்னா அதைத்தான் செய்வேன்னு அடம்பிடிக்கிறான்...

தண்ணியில விளையாடாதே, சளி பிடிக்கும்னு கரடியா கத்துனாலும் காதே கேட்காதமாதிரி தண்ணியில விளையாடுறா என் பொண்ணு...

எதை செய்யாதேன்னு சொன்னாலும் அதைத்தான் செய்வேன்னு அடம்பிடிக்கிறா...

பெரியவங்க பேசும்போது வாயைப் பார்த்துக்கிட்டு நிக்காதேன்னு எத்தனையோ முறை சொல்லியாச்சு... திருந்தறதாவே இல்லை... இவங்களை எப்படி வழிக்குக் கொண்டுவர்றதுன்னே தெரியலை" - பெரும்பாலான பெற்றோரின் புலம்பல் இதுதான்.

'இந்தப் புலம்பல்களுக்குத் தீர்வு என்ன?' - சென்னையைச் சேர்ந்த குழந்தை மனநல மருத்துவர் ராஜ்மோகனிடம் கேட்டோம்.

"முதலில் இப்படிப் புலம்புவதை பெற்றோர் நிறுத்த வேண்டும். ஒரு பொருளை மூடிவைத்திருந்தால் உள்ளே என்ன இருக்கிறது என்று பார்க்கும் ஆர்வம் எழுவது எப்படி இயல்பானதோ, அதுபோலத்தான் செய்யாதே என்று சொல்வதை செய்துபார்க்க நினைப்பதும். குழந்தைகளுக்கு மட்டுமல்ல, பெரியவர்களுக்கும் இதே மனநிலை இருக்கும். நீங்கள் செய்யாதே என்று சொல்லியும் உங்கள் குழந்தை அதைச் செய்கிறது என்றால், நீங்கள் சொல்லும் முறையில் மாற்றத்தைக் கொண்டுவர வேண்டும். 'அதைச் செய்யாதே... இதைத் தொடாதே' என்று வீட்டை அதிரும்படி கத்தக் கூடாது. 'சொல்வதை மீறி இப்படிச் செய்தால் என்ன செய்வேன் தெரியுமா?'என்று மிரட்டவும் கூடாது. குழந்தைகளை எப்போதுமே இதுபோல நெகட்டிவாக அணுகுவதைத் தவிர்ப்பது நல்லது. இப்படி பேசினால் அவர்கள் எரிச்சல் அடைவார்கள். அதற்காகவே உங்கள் வார்த்தையை மீறி, நீங்கள் வேண்டாம் என்று சொன்னதைச் செய்துகாட்ட நினைப்பார்கள்.

உங்கள் அதிரடி அணுகுமுறையைக் கொஞ்சம் மாற்றி, இதமாக எடுத்துச் சொல்லிப் பாருங்களேன். வேண்டாத, உடலுக்குத் தீங்குதரக் கூடிய செயல்களை குழந்தை செய்தால் ஆத்திரப்படாமல் வார்த்தைகளில் குழைவைக் கூட்டி, 'அதையெல்லாம் செய்யக் கூடாது கண்ணா...' என்று சொன்னால் அதற்குக் கிடைக்கும் ரிசல்ட்டே தனிதான். அதையும் மீறி குழந்தை செய்தால், 'நீ இப்படி செய்தால் இப்படி ஏற்படலாம்' என்று அந்தச் செயலால் ஏற்படும் பின்விளைவுகள் பற்றி எடுத்துச் சொல்ல வேண்டும். தேவைப்பட்டால் உங்கள் கற்பனையைச் சேர்த்து அவர்களை மிதமாக பயமுறுத்தலாம். இப்படிச் சொல்லும்போது நீங்கள் அந்த இடத்தில் இருந்தாலும் இல்லையென்றாலும், அடுத்தமுறை அந்தச் செயலை செய்ய குழந்தை யோசிக்கும். இதுதான் உங்கள் வெற்றி!

பலமுறை எடுத்துச் சொல்லியும் மசியாத குழந்தைகளை என்ன செய்வது? வேறு வழியே இல்லை. அவர்கள் வழிக்கு நீங்கள் செல்ல வேண்டியதுதான். தேவையற்ற செயல்களில் குழந்தைகள் ஈடுபடும்போது, அவர்களுக்கு ஆர்வமான விளையாட்டுகளைப் பற்றி பேசி அவர்களது கவனத்தை திசைதிருப்பலாம். உதாரணமாக, படிக்கிற நேரத்தில் விளையாடக் கூடாது என்று கண்டிப்பு காட்டாமல், படித்து முடித்துவிட்டால் அடுத்து என்ன புது விளையாட்டு விளையாடலாம் என்று குழந்தையிடமே ஆலோசனை செய்தால், குழந்தை உற்சாகமாகி படிக்கத் துவங்கிவிடும். தவிர, எப்போதும் படிப்பைப் பற்றி மட்டுமே அவர்களிடம் பேசிக்கொண்டிருந்தால், படிப்பின் மீது வெறுப்பு வந்துவிடும். இதைவிட, படிப்பதால் கிடைக்கும் பலன்களையும் அதனால் அவர்களுக்குக் கிடைக்க இருக்கும் பெருமையையும் எடுத்துச் சொல்லலாம். 'நீ நல்லா படிச்சாதான் புதுப்புது விளையாட்டுகளைப் புரிந்துகொள்ள முடியும். அதற்கும் அறிவு வேண்டும் இல்லையா?' என்று சொன்னால் எந்தக் குழந்தைதான் படிப்பை வெறுக்கும்?

தன் குழந்தை படிக்க மறுக்கிறது என்ற குற்றச்சாட்டுடன் என்னிடம் ஒரு தம்பதி வந்தனர். எப்போதும் நீ ச்சல் அடிப்பதால் படிப்பு கெட்டுவிடுகிறது என்பது

அவர்கள் வாதம். குழந்தையை வெளியே அனுப்பிவிட்டு அந்தப் பெற்றோருக்குத்தான் முதலில் கவுன்சிலிங் கொடுத்தேன். 'குழந்தை நீச்சல் அடிப்பதை ஊக்கப்படுத்தாமல், எப்பவும் படிப்பையே அவனுக்கு நினைவுபடுத்திக்கொண்டு இருக்காமல், நீச்சல் பற்றியும் அவனிடம் கலந்துபேசுங்கள். அந்தப் பேச்சுக்கு நடுவே விளையாட்டாகவே படிப்பைப் பற்றி நினைவூட்டுங்கள். அதனால், அவனுக்கே படிப்பின் மேலே அக்கறை வரும்" என்றேன். இப்போது அந்தக் குழந்தை படிப்பிலும் கெட்டிக்காரனாக இருக்கிறான், நீச்சல் போட்டிகளிலும் முன்னேறிவருகிறான்.

குழந்தைகள் எப்போதும் பெற்றோரின் மனநிலைக்கு வரமாட்டார்கள். பெற்றோர்தான் குழந்தைகளின் மனநிலைக்கு இறங்கிப்போக வேண்டும். அவர்களை, அவர்கள் போக்கில் விட்டுத்தான் நம் வழிக்குக் கொண்டுவர வேண்டும். அப்பா, அம்மா சொல்வது நம் நல்லதுக்குத்தான் என்ற நம்பிக்கையை குழந்தைகளுக்கு ஏற்படுத்த வேண்டும். அதற்கு குழந்தைகள் உலகத்துக்குள் நாம் செல்ல வேண்டும். அவர்கள் சொல்வதைக் காது கொடுத்துக் கேட்கவேண்டும். அவர்களுக்குப் பிடித்த விஷயங்கள் குறித்துப் பேச வேண்டும். ஒரே வரியில் சொல்வதென்றால், அவர்களை நண்பர்களாக அணுக வேண்டும்" என்றார் டாக்டர் ராஜ்மோகன்.

நன்றி: கூடல்.காம்