



બાળક દીનેજમાં આવે ત્યારે સ્વાભાવિક રીતે જ તેનો ઝુકાવ તેના મિત્રો તરફ વધી જાય છે. તેને તેનાં માતાપિતા કરતાં મિત્રો સાથે સમય પસાર કરવાનું વધારે ગમે છે. ત્યારે દરેક માતાપિતાની જેમ તમને પણ તેમના મિત્રો સારા હશે કે કેમ તેની ચિંતા થતી હશે. જ્યાં સુધી બાળક નાનું હોય ત્યાં સુધી તે માતાપિતાને આદર્શ માને છે પરંતુ જ્યારથી તે દીનેજમાં પ્રવેશે છે ત્યારથી તે સામાજિકીકરણ કરવાની શરૂઆત કરતું થાય છે. તેના ઘણા મિત્રો બને છે, તેઓ ઈચ્છે છે કે તેમને લોકો ખાસ કરીને તેમના મિત્રો સ્વીકારે, તેમના ગુપ્તનો એક હિસ્સો માને અને તેમને પસંદ કરે પરંતુ આમ કરવામાં ક્યારેક બાળક પોતાનાં મૂલ્યો અને મર્યાદાઓ ભૂલી જાય છે અને મિત્રોના પીઅર પ્રેશરમાં આવીને તેઓ જેમ કહે તેમ કરવા તૈયાર થઈ જાય છે. મિત્રોનો આ ઉંમરમાં બાળકના માનસ પર ઘણો પ્રભાવ હોય છે માટે તેઓ સારા મિત્રોની સંગતમાં રહે તેવું દરેક માતાપિતા ઈચ્છે છે પરંતુ, બાળકોને તેમ સીધેસીધું કહી શકાતું નથી કે કોની સાથે મિત્રતા કરવી અને કોની સાથે ન કરવી. તો પછી માતાપિતાએ શું કરવું તે જાણીએ...

સાચી મિત્રતાની પરિભાષા તેમને સમજાવો

બાળકોને સાચી મિત્રતા કોને કહેવાય તે સમજાવો. સાચા મિત્રનાં ક્યાં લક્ષણો હોય તે વિષે જણાવો. તે માટે તમે તેમની સાથે વાત કરો અને તેમના મિત્રો વિષે સવાલ કરો. જેમ કે,

- શું તારો ફ્રેન્ડ તારી રીસ્પેક્ટ કરે છે?
- શું તે તારી વાત સાંભળે છે?
- જ્યારે તું તેની સાથે હોય ત્યારે તને સારું લાગે છે? જ્યારે બાળક આ સવાલો વિષે વિચારશે ત્યારે તે તેની મિત્રતા ક્યા પ્રકારની છે તેનું મૂલ્યાંકન તે જાતે કરશે. તેને સમજ પડી જશે કે સાચી મિત્રતા કોને કહેવાય અને તે પ્રમાણે તે મિત્રો બનાવતો થશે.

બાળકને મિત્રતામાં આદર અને વિશ્વાસ પાયામાં હોય છે તે સમજાવો

બાળકો એમ સમજતાં હોય છે કે જેમની સાથે તેઓ સૌથી વધારે સમય પસાર કરે છે તે જ તેમનો બેસ્ટ ફ્રેન્ડ છે પરંતુ હકીકતમાં તેઓ જેમના પર વિશ્વાસ મૂકી શકે અને જે તેમની રીસ્પેક્ટ કરતા હોય તે મિત્ર જ તેમનો બેસ્ટ ફ્રેન્ડ હોય છે. બાળકોને સમજાવી શકાય કે સાચો મિત્ર તેમની મજાક ઉડાવતો નથી, તેમની નબળાઈનો ફાયદો ઉઠાવતો નથી, તમારી સફળતાની ઈર્ષ્યા કરતો નથી, તમને ખોટું કામ કરવા માટે દબાણ કરતો નથી અને સૌથી મહત્વનું તમારી મુશ્કેલીમાં તમારી પડખે ઊભો રહે છે. સાચી મિત્રતામાં કોઈ દબાણ, ડર અને અપમાનને કોઈ સ્થાન હોતું નથી.

સાચી મિત્રતા વિષે બાળકને કેવી રીતે સમજાવશો?

બાળકોના મિત્રો વિષે જાણકારી રાખો

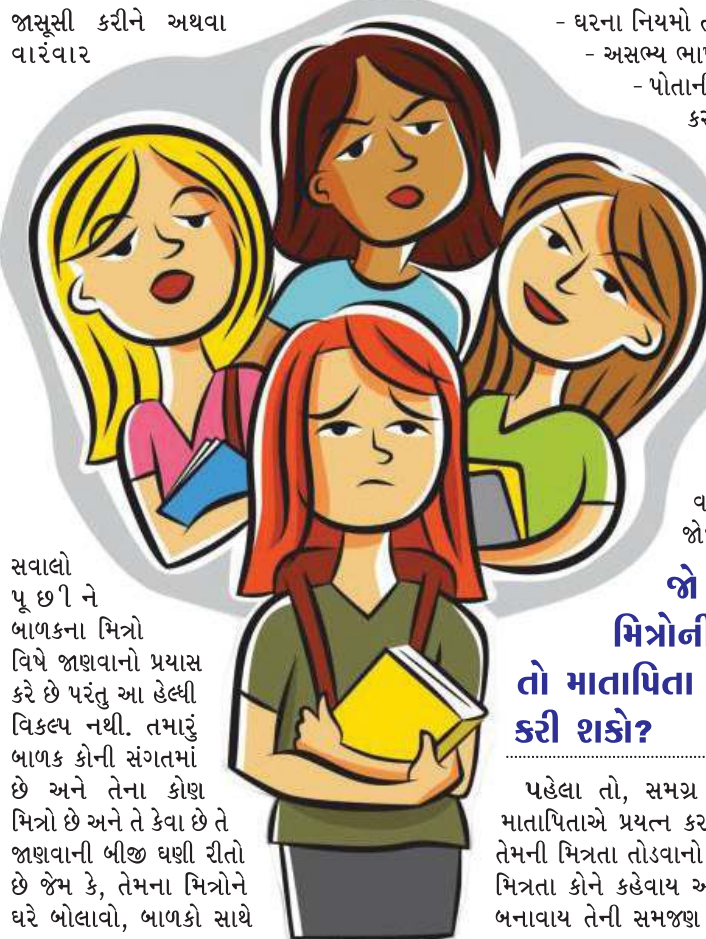
ઘણાં માતાપિતા બાળકોના મિત્રો વિષે જાણવામાં રસ રાખતા નથી પરંતુ તેમના મિત્રો વિષે જાણવાથી બાળકને ઈમોશનલ સપોર્ટ મળે છે. તમે બાળકને સવાલ કરી શકો છો કે,

- આજે તે સ્કૂલમાં કોની સાથે બેઠો હતો?
- તને તે ફ્રેન્ડની કઈ વાત ગમે છે?
- તમે બંને ભેગા મળીને શું કરો છો?

જ્યારે બાળકને લાગે છે કે તમે તેની મિત્રતા વિષે જાણવામાં રસ રાખો છો ત્યારે તે તમને ખૂલીને વાત કરતું થશે.

બાળકોની જાસૂસી ન કરો

ક્યારેક માતાપિતા બાળકોની જાસૂસી કરીને અથવા વારંવાર



સવાલો પૂછી ને બાળકના મિત્રો વિષે જાણવાનો પ્રયાસ કરે છે પરંતુ આ હેલ્ધી વિકલ્પ નથી. તમારું બાળક કોની સંગતમાં છે અને તેના કોણ મિત્રો છે અને તે કેવા છે તે જાણવાની બીજી ઘણી રીતો છે જેમ કે, તેમના મિત્રોને ઘરે બોલાવો, બાળકો સાથે

પૂરતો સમય પસાર કરો, તેમને ખૂલીને વાત કરવા દો, તેમને જજ કર્યા વિના તેમની વાત સાંભળો, તેમના મિત્રો અને તેમનાં માતાપિતા વિષે જાણો, તેમના શાળાકીય જીવન વિષે માહિતગાર રહો, બાળકો સાથે મિત્રતા કેળવો અને તેમને માર્ગદર્શન અને સાથ આપો.

બાળક ખરાબ સંગતમાં છે તે કેવી રીતે જાણશો?

દીનેજ બાળકો મિત્રો પાસેથી ઘણું શીખે છે પરંતુ જો તમને નીચે મુજબનાં નકારાત્મક લક્ષણો દેખાય તો સમજી જવું કે બાળક સારી સંગતમાં નથી.

- વારંવાર જૂઠું બોલવું.
- તમારાથી તેમની અમુક બાબતો છુપાવવી.

તેના માટે નીચે મુજબનાં પગલાં લઈ શકાય.

- બાળક પર ગુસ્સે થવાને બદલે તેની સાથે પ્રેમથી વાત કરો.
- તેમને વચ્ચે રોક્યા વિના તેમની પૂરી વાત સાંભળો.
- તેમના મિત્રો વિષે ખૂલીને વાત કરો.
- તેમને સાચા અને ખોટાની સમજણ આપો.
- પીઅર પ્રેશર વિષે સમજાવો અને તેને કેવી રીતે હેન્ડલ કરી શકાય તે પણ જણાવો.
- તેમને તેમનો નિર્ણય જાતે લેવા દો.
- ઘરમાં વિશ્વાસનું વાતાવરણ ઊભું કરો.
- તેમના માટે રોલ મોડલ બનો.
- તેમના પર વધુ પડતું નિયંત્રણ રાખવાનું ટાળો.
- જરૂર જણાય તો કાઉન્સેલરની મદદ લો.



- અભ્યાસમાં રસ ન રહેવો.
- પોતાની જવાબદારીઓથી દૂર ભાગવું.
- ઘરના નિયમો તોડવા.
- અસભ્ય ભાષાનો ઉપયોગ કરવો.
- પોતાની ભૂલ માનવાનો અસ્વીકાર કરવો.

- અન્ય લોકોને નુકસાન પહોંચાડવું કે તેમને પજવવા.

- આક્રમક વર્તન કરવું.

જો બાળકમાં ઉપર જણાવેલાં લક્ષણો જોવા મળે તો માતાપિતાએ ચેતી જવું. ગુસ્સો કરવાને બદલે શાંતિથી તેની સાથે વાત કરવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ.

જો બાળક ખરાબ મિત્રોની સંગતમાં હોય તો માતાપિતા તરીકે તમે શું કરી શકો?

પહેલા તો, સમગ્ર પરિસ્થિતિને સમજવાનો માતાપિતાએ પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. તમારો ઉદ્દેશ્ય તેમની મિત્રતા તોડવાનો નહિ પરંતુ બાળકને સાચી મિત્રતા કોને કહેવાય અને સારા મિત્રો કેવી રીતે બનાવાય તેની સમજણ આપવાનો હોવો જોઈએ.

માતાપિતા દ્વારા થતી સામાન્ય ભૂલો

ઘણી વાર માતાપિતા પૂરી વાત જાણ્યા વિના કે સમજ્યા વિના બાળકના મિત્રો વિષે અમુક ધારણા બાંધી લે છે. આ કારણસર બાળક તેની સોશિયલ લાઈફ માતાપિતાથી છુપાવતું થઈ જાય છે અને ધીમે ધીમે તેમનાથી અંતર રાખતું થઈ જાય છે. આમ ન થાય તે માટે માતાપિતાએ નીચે મુજબની ભૂલો ન કરવી જોઈએ.

- દરેક ફ્રેન્ડને પર્સનલી લેવો.
- બાળકને મિત્રોથી સંદંતર દૂર રાખવાં.
- બાળકની વાત સાંભળ્યા વિના કોઈ પણ નિર્ણય લેવો.
- અન્ય બાળકો સાથે તેની સરખામણી કરવી.
- તેના મિત્રો સાથે અપમાનજનક રીતે વર્તવું.
- બાળકને સતત પોતાની દેખરેખ હેઠળ રાખવું.
- કારણ વિના તેના પર શંકા કરવી.
- મિત્રોની હાજરીમાં બાળકને શોભજનક સ્થિતિમાં મૂકવું.
- તમારી પસંદગી બાળક પર થોપવી.

બાળકના વ્યક્તિત્વ ઘટતરમાં મિત્રો મહત્વનો ભાગ ભજવે છે એટલે માતાપિતાનું કામ તેમના માટે મિત્રો પસંદ કરવાનું નહિ પરંતુ તેમને સારા અને ખરાબ મિત્રોના પ્રભાવ વચ્ચેનો અંતર સમજાવવાનું છે. જ્યારે ઘરમાં વિશ્વાસનો અને મૈત્રીપૂર્ણ માહોલ હોય ત્યારે તે પોતાના પ્રોબ્લેમ અને નકારાત્મક પ્રભાવો વિષે ખૂલીને વાત કરી શકશે. માતાપિતા પરનો આ વિશ્વાસ તેમને સાચા મિત્રો પસંદ કરવામાં અને જીવનમાં યોગ્ય નિર્ણય લેવામાં મદદ કરશે.