પેરેન્ટીંગનો નવો ટ્રેન્ડ Teen-Ternity

આજના સમયમાં બાળકોની પરવરિશ કરવી પેરેન્ટ્સ માટે પડકારરૂપ છે- ખાસ કરીને બાળકો જ્યારે કિશોરાવસ્થામાં પહોંચે છે ત્યારે તેમને અભ્યાસ અને રોજિંદી જરૂરતોથી વધારે ભાવનાત્મક અને માનસિક સપોર્ટની વધુ જરૂર હોય છે. આ જ કારણે પેરેટિંગની દુનિયામાં ઘણી નવી ટર્મ ટ્રેન્ડ કરતી રહે છે. એમાંથી જ એક છે. ટીન ટર્નિટી- ‘Teen Ternity’ ટ્રેન્ડ. આ ટ્રેન્ડ હમણાં ઘણો ચર્ચામાં છે. આજકાલ માતાપિતા અને સંતાનોના સંબંધો ઝડપથી બદલાતા જાય છે. બહુ વર્ષો પહેલાં પેરેન્ટ્સ અને સંતાનો વચ્ચે એક ઔપચારિક અંતર દેખાતું હતું, બાળકોના મનમાં પેરેન્ટસનો ડર હતો પરંતુ આજે પેરેન્ટ્સ સંતાનો સાથે મિત્રતાનો સંબંધ રાખવાની કોશિશ કરે છે. આ નવો ટ્રેન્ડ શું છે? આવો જાણીએ...

‘Teen Ternity’ શબ્દનો અર્થ શું છે?

‘ટીન ટર્નિટી’ શબ્દ ‘ટીન’ અને ‘મેટરનિટી’ને જોડીને બનાવવામાં આવ્યો છે. આ કોઈ કંપનીની ઓફિશિયલ મેટરનિટી લીવની જેમ કોઈ સરકારી કે HR પોલિસી નથી. આ પેરેન્ટ્સે જાતે લીધેલો નિર્ણય છે. આ ટ્રેન્ડમાં વર્કિંગ પેરેન્ટ્સ પોતાનાં ટીનએજ બાળકો માટે કામના કલાકો ઘટાડી રહ્યાં છે, ફ્લેક્સિબલ જોબ પસંદ કરી રહ્યાં છે અથવા તો કેટલાક સમય માટે કરિયરમાંથી બ્રેક લઈ રહ્યાં છે.

આ ટ્રેન્ડ શા માટે લોકપ્રિય થઈ રહ્યો છે?

આજનાં બાળકો ઈન્ટરનેટ, સોશ્યલ મીડિયા અને ઝડપથી બદલાતી દુનિયાની વચ્ચે મોટાં થઈ રહ્યાં છે. એમની સામે એવા ઘણા પડકારો છે જેનો પાછલી પેઢીઓએ એ જ રીતે અનુભવ નહોતો કર્યો. મોટા ભાગે લોકો માને છે કે બાળકો જેમ જેમ મોટાં થાય છે એમને માતાપિતાની જરૂર ઓછી પડે છે પરંતુ હકીકત એનાથી તદ્દન વિપરીત છે. કિશોરાવસ્થામાં બાળકો ઘણા બદલાવમાંથી પસાર થાય છે. કરિયરની સ્ટ્રેસ, ઓળખની ચિંતા, ભવિષ્યની ચિંતા, દોસ્તોની અસર અને સોશ્યલ મીડિયાનો વધતો ઉપયોગ એમના માનસિક સ્વાસ્થ્યને અસર કરે છે. આવા સમયે જો પેરેન્ટ્સ તેમની સાથે સમય વિતાવે, તેમની વાત શાંતિથી સાંભળે તો બાળકો પોતાને વધુ સુરક્ષિત મહેસૂસ કરે છે. ‘Teen Ternity’માં પેરેન્ટ્સ બાળકો સાથે વધુ સમય વિતાવવા, એમની વાતો સાંભળવા અને એમની ભાવનાઓને મહત્ત્વ આપવાની કોશિશ કરે છે. તેઓ ઈચ્છે છે કે બાળક કોઈ પણ મુશ્કેલીમાં સૌથી પહેલાં માતાપિતા પાસે આવે, નહીં કે તેમનાંથી કોઈ વાત છુપાવે.

રીસર્ચ શું કહે છે?

એક સર્વે અનુસાર મોટી સંખ્યામાં ટીનએજર્સ મોટા ભાગે ઓનલાઈન રહે છે. સોશ્યલ મીડિયાને કારણે એમના પર પીઅર પ્રેશર, સરખામણી અને માનસિક તનાવ પણ વધી શકે છે. ત્યારે પરિવાર સાથે વિતાવેલો સમય એમને ઘણો મદદરૂપ સાબિત થઈ શકે છે. ટીનએજમાં બાળકોને સાચો રસ્તો બતાવવો બહુ જરૂરી છે. આ ઉંમરે જો પેરેન્ટ્સ તેમની સાથે હોય તો બાળકો તેમની સાથે ખુલ્લા દિલે વાત કરી શકે છે. ‘ટીન-ટર્નિટી’ દ્વારા પેરેન્ટ્સ અને બાળકોનો સંબંધ મજબૂત બની શકે છે. બાળકો ડિપ્રેશન, એંગ્ઝાયટી અને સાઈબર બુલિઈંગ જેવી સમસ્યાઓથી સેફ રહે છે. ટીન-ટર્નિટી ટ્રેન્ડ બાળકો અને પેરેન્ટ્સના સંબંધો મજબૂત કરી શકે છે અને બાળકોને યોગ્ય રાહ ચિંધવામાં મદદ કરે છે.

કઈ રીતે અપનાવશો?

બાળકની વાત સાંભળો

ઘણી વાર સંતાન સલાહ સાંભળવા નહીં પરંતુ પોતાની વાત શેર કરવા માતાપિતા પાસે આવે છે. એમની વાત શાંતિથી સાંભળવી સંબંધ મજબૂત કરે છે.

એમની પસંદને મહત્ત્વ આપો

દરેક પેઢીની પસંદ અલગ હોય છે. બાળકનાં આઉટફિટ્સ, સંગીત કે શોખને તરત ખોટા ઠેરવવાને બદલે એમને સમજવાની કોશિશ કરો.

સાથે સમય વિતાવો

મોબાઈલ અને વ્યસ્ત દિનચર્યા વચ્ચે પરિવાર માટે સમય કાઢવો જરૂરી છે. નાની નાની બાબતો પણ સંબંધો મજબૂત કરી શકે છે.

વિશ્વાસનું વાતાવરણ બનાવો

જો બાળકને ડર લાગે કે ભૂલ કરવાથી સજા થશે તો એ વાત છુપાવવા લાગશે. એને વિશ્વાસ અપાવો કે સારા કે ખરાબ સંજોગોમાં માતાપિતા એની સાથે જ છે. એ નિખાલસતાથી, ડર્યા વિના વાત કરી શકે છે. સાથે મળીને કોઈ પણ સમસ્યાનો ઉકેલ લાવી શકાય છે.

બદલાતાં સમયના નવા પેરન્ટિંગ વિચાર

Teen-Ternity વાસ્તવમાં પેરેન્ટિંગના બદલાતા દૃષ્ટિકોણને દર્શાવે છે. એ બાળકોને પૂરી સ્વતંત્રતા આપવાની વાત નથી કરતાં પરંતુ એની સાથે એ સંબંધો બનાવવાની કોશિશ કરે છે જેમાં પ્રેમ, ભરોસો અને સમજ સામેલ હોય. આજના સમયમાં જ્યારે બાળકો ઘણા પ્રકારના દબાવમાંથી પસાર થાય છે ત્યારે માતાપિતાનું દોસ્ત, માર્ગદર્શક બનવું તેમના માનસિક અને ભાવનાત્મક વિકાસ માટે બેહદ જરૂરી બની શકે છે.

Teen-Ternity અપનાવતાં પહેલાં ખુદને પૂછો સવાલ

જો તમે પણ તમારા સંતાનની સારી કરિયર માટે Teen-Ternity અપનાવવા માંગતાં હો તો પહેલાં ખુદને કેટલાક સવાલ ચોક્કસ જ પૂછો.

* મારા બાળકને હકીકતમાં કઈ વસ્તુની જરૂર છે? શું એને અભ્યાસમાં મદદ જોઈએ છે, ભાવનાત્મક સપોર્ટ જોઈએ છે કે ફક્ત તમે એની સાથે છો એવો ભરોસો?
* શું મારી હાજરીથી જ સમસ્યા હલ થશે? જો બાળક ડિપ્રેશન કે એંગ્ઝાઈટીનો સામનો કરતું હોય તો માત્ર ઘરમાં રહેવાને બદલે પ્રોફેશનલ કાઉન્સેલરની મદદ લો.
* કોઈ અપરાધભાવને કારણે તો આ નિર્ણય નથી લેતાં ને?
* શું જોબ છોડવાને બદલે રજા લેવી કે વર્ક ફ્રોમ જેવા વિકલ્પો પસંદ થઈ શકે?
* આર્થિક શું અસર પડી શકે?