

બાળકને ઘરમાં એકલાં રહેતાં કેવી રીતે શીખવશો?



આ જે મોટાભાગના ફેમિલી ન્યુક્લિયર હોય છે એટલે કે ઘરમાં ફક્ત માતા-પિતા અને બાળકો. તેમાં વળી, માતા અને પિતા બંને બહાર કામ માટે જતાં હોય તો બાળક ઘણી વાર ઘરમાં એકલું રહેતું હોય છે અથવા સાથે તેનો નાનો કે મોટો ભાઈ કે બહેન હોય છે. ખૂબ જ નાનાં બાળકો માટે ૩ કેર હોય છે પરંતુ અમુક ઉંમર થાય પછી તો ૩ કેરમાં જતાં પણ બંધ થઈ જાય છે અને ત્યારે બાળકને ઘરમાં એકલાં મૂકવા સિવાય બીજો કોઈ ઉપાય રહેતો નથી. કેટલાંક મા-બાપ બાળકોને એકલાં મૂકવા તૈયાર નથી હોતાં, તેમને સુરક્ષાનાં કારણોસર બાળકોને એકલાં મૂકતાં ડર લાગતો હોય છે પરંતુ આ પરિસ્થિતિને સમજાવવાની અમલમાં મૂકીએ, થોડા સાવચેતીનાં પગલાં પહેલેથી જ લઈ લઈએ અને વળી બાળકને માનસિક રીતે એકલાં રહેવા માટે તૈયાર કરીએ તો મુશ્કેલ લાગતી આ પરિસ્થિતિનો પણ સરળતાથી ઉકેલ લાવી શકાય છે.



બાળકને સૌ પ્રથમ માનસિક રીતે તૈયાર કરો

બાળકને પાસે બેસાડીને શાંતિથી તેની સાથે વાત કરો. તેને સમજાવો કે તમારે બંનેએ કામ માટે બહાર શા માટે જવાનું છે અને એ દરમિયાન તેણે ઘરમાં એકલાં રહેવું પડશે. હવે તે મોટો થયો છે અને એક જવાબદાર વ્યક્તિ છે એટલે તમે તેના પર ભરોસો રાખીને હવે બહાર કામ માટે જઈ શકો છો. બાળક પર વિશ્વાસ બતાવશો તો તે જવાબદારીપૂર્વક વર્તન કરશે અને પરિસ્થિતિ સમજવાનો પ્રયત્ન કરશે.

પરિવારમાં સાથે બેસીને નિયમો બનાવો

પરિવારમાં સાથે બેસીને અમુક નિયમો બનાવો જે બાળકને એકલો હોય ત્યારે યોગ્ય વર્તન કરવામાં

મદદરૂપ થશે. જેમ કે, શાળાએથી આવીને પોતાની બેગ અને યુનિફોર્મ ક્યાં મૂકવા, સ્કીન ટાઈમ કેટલો રાખવો, ક્યારે હોમવર્ક કરવું, ક્યારે મિત્રો સાથે રમવા જવું, ઘરની ડોર બેલ વાગે ત્યારે શું કરવું અને જો નાના કે મોટા ભાઈ કે બહેન હોય તો તેની સાથે કેવી રીતે વર્તવું. બાળકની હાજરીમાં અને તેની મરજીને ધ્યાનમાં રાખીને આ નિયમ બનાવેલા હોવાથી તે પોતે પણ તેનું પાલન કરશે.

ઘરમાં એક ફોન રાખો

તમે કે બાળક જરૂર પડ્યે એકબીજાનો સંપર્ક કરી શકો તે માટે ઘરમાં એક ફોન રાખવો જરૂરી છે. તેનો ઉપયોગ કેટલા સમય માટે અને કેવી રીતે કરવો તેના નિયમો બાળક સાથે બેસીને નક્કી કરી લો. ઈમરજન્સીના સમયે ફોનનું મહત્વ શું છે તે તેને જણાવો.

તમારું સરનામું અને ઈમરજન્સી કોન્ટેક નંબર બાળકને યાદ કરાવી લો

બાળકને ઈમરજન્સીની પરિસ્થિતિથી વાકેફ કરવું જરૂરી છે. તેને ગભરાવવાની જરૂર નથી પરંતુ ગમે ત્યારે પણ જરૂર પડે ત્યારે તે તમને કે અન્ય ઈમરજન્સી કોન્ટેક પર ફોન કરીને જણાવી શકે છે. તેના માટે તેને તમારું સરનામું, ફોનનંબર અને અન્ય મહત્વના કોન્ટેક નંબર્સ યાદ કરાવી લો, અથવા તો તેની સ્ટીકી નોટ્સ બનાવીને યોગ્ય સ્થાને લગાવી દો.

ઘરની એક વધારાની યાવી વિશ્વાસપાત્ર પાડોશીને આપી રાખો

બાળકને ઘરના દરવાજા અને બારીનાં લોકસ બરાબર ઓપરેટ કરતાં શીખવી દો. તેમ છતાં, ઘરની એક વધારાની યાવી પાડોશમાં આપી રાખો જેથી જરૂર પડ્યે તેનો ઉપયોગ કરી શકાય.

તમારા ઘરની પાડોશના અને બાળકના મિત્રોના નંબર લઇ રાખો

બાળક સાથે વાત કરીને જાણી લો કે જો ઈમરજન્સી આવે તો તે કોના ઘરે જશે અને કોની પાસે મદદ માંગશે. કેટલાક નંબર તમારી પાસે પણ રાખો કે જેથી ઈમરજન્સીમાં તમે તેમને બાળકની મદદ માટે ઘરે મોકલી શકો.

ગુડ ટચ અને બેડ ટચ શીખવો

બાળક ઘરમાં એકલું રહે છે એ વાત જાણીને ઘણી વાર પરિચિત વ્યક્તિ પણ ફાયદો ઉઠાવવાનો

બાળક ઘરમાં એકલું રહે છે એ વાત જાણીને ઘણી વાર પરિચિત વ્યક્તિ પણ ફાયદો ઉઠાવવાનો પ્રયત્ન કરે છે. જો કે શાળામાં પણ બાળકોને ગુડ ટચ અને બેડ ટચનું શિક્ષણ આપવામાં આવે છે છતાં, તમે ઘરમાં પણ આ વિષે માહિતી તેને આપો અને તે સમયે સૌ પ્રથમ શું કરવું તે સમજાવો

પ્રયત્ન કરે છે. જો કે શાળામાં પણ બાળકોને ગુડ ટચ અને બેડ ટચનું શિક્ષણ આપવામાં આવે છે છતાં, તમે ઘરમાં પણ આ વિષે માહિતી તેને આપો અને તે સમયે સૌ પ્રથમ શું કરવું તે સમજાવો.

હોમ સેફ્ટી વિષે જણાવો

બાળક ૧૨ વર્ષથી ઉપરનું હોય અને જો તમે કુકિંગ કરવાની પરવાનગી આપતા હો તો તેને સુરક્ષા માટેના નિયમોથી માહિતગાર કરો, જેમ કે કેવી રીતે ગેસ ચાલુ કરવો, કામ પૂરું થયા પછી ગેસ બરાબર બંધ કરવો, વાસણોનો કેવી રીતે ઉપયોગ કરવો, વગેરે...

એક બેકઅપ પ્લાન ચોક્કસ રાખો

તમારું શિડ્યુલ દરરોજ કરતાં કંઈ અલગ થઈ જાય કે અન્ય કોઈ પ્રોબ્લેમ ઊભો થઈ જાય ત્યારે શું કરવું તેની ચર્ચા બાળક સાથે પહેલેથી જ કરી રાખો.

