

તેના ઉદાહરણ તરીકે તરૂણોમાં થતા હિંસાચારમાં મિડિયામાં જોવા મળતી મોડસ ઓપેરેન્ડી (રીતભાત) દેખાય છે. મિડિયામાં દેખાતી હિંસા કે ઉગ્રતા વ્યક્તિના ખરાબ વર્તનનો ગ્રેસ્કોલ્ડ નીચો કરી દે છે (એટલે કાબૂ ધટાડી દે છે.) તે એક નિર્વિવાદ મનોવૈજ્ઞાનિક હકીકત છે!!

આક્રમકતા-ઉગ્રતાનાં મૂળિયાં બાળપણમાં નંખાય છે. જ્યારે બાળકને નાનપણમાં પ્રેમની ઊણપ વર્તાય, તેને હડધૂત કરાય, તેને માર મરાય, ઘરમાં કંકાસ વર્તાય, ત્યારે તેનામાં આક્રમકતાના મૂળ નંખાય છે.

પ્રકરણ-૧૨

આક્રમકતા-ઉગ્રતાનાં મૂળિયાં બાળપણમાં નંખાય છે

પેરેન્ટીંગ ટીપ્સ – બિન આક્રમક બાળઉછેર કરો

- ⊙ આક્રમકતા – ઉગ્રતાની સારવાર કરતાં નિવારણ જ યોગ્ય છે અને તે માટે બાળપણમાં પૂરતો પ્રેમ અને લાગણી અત્યંત જરૂરી છે.
- ⊙ ‘અન્યોને ક્યારેય ઈજા ના પહોંચાડવી’ (અહિંસાનો સાર) આ સંદેશો દરેકને લાગુ પાડવો પછી તે બાળકને માર મારતા વાલી હોય કે એક બાળક બીજાને મારતું હોય, કે મોટાઓ એકબીજાને શારીરિક કે માનસિક વ્યથા આપતા હોય.
- ⊙ બાળકો વડીલોને રોલ મોડેલ માની તેમની વર્તણૂકને અનુસરતા હોય છે એટલે આક્રમકતા – ઉગ્રતાને વાતોમાં પણ અનુમોદન ના આપવું.
- ⊙ બાળકને ગુસ્સો કાઢવા અને કાબૂમાં રાખતા શીખવાડવા ઘણી મહેનત કરવી પડે. તેમને શારીરિક અને અપશબ્દો દ્વારા અભિવ્યક્તિ કરતાં અટકાવવા.
- ⊙ બાળક સાથે સ્કૂલમાં થતા વ્યવહારો વિશે છૂટથી વાતચીત કરવી જરૂરી છે. અન્ય બાળક આક્રમકતા ધારણ કરે તો તે વિચારવાનો સમય છે કે તેમ શા માટે કરે છે? તેને શું નડે છે? તે અપસેટ છે? તેને કેવી રીતે શાંત કરી શકાય? તેને લડવાથી રજું મળે છે?
- ⊙ તમારા બાળકને અન્ય બાળક મારવા આવે ત્યારે સામે મારવાને બદલે એવું શીખવો કે તે સામે કોઈ દુશ્મની નથી, જો તારે વાત કરવી હોય તો હું તૈયાર પણ જો તું મને કનડયા કરશે તો હું આ ચાલ્યો અને પછી પણ પાછળ રહેશે તો શિક્ષકને કે તારા વાલીને ફરિયાદ કરીશ. આમ બાળકોને આક્રમણના સંજોગોમાં ઉગ્રતા દાખવવાને બદલે બિનઆક્રમક રસ્તાઓ શોધવા કેળવવા જોઈએ.
- ⊙ એક બાળક બીજાને મારતું હોય ત્યારે ત્રાસિત બાળકને પહેલા સાચવવું અને આક્રમક બાળકને પ્રતીતિ કરાવવી કે તે ખરેખર ઈજા પહોંચાડી રહ્યું છે અને શું આવી ઈજા તેને કોઈ પહોંચાડે તો તેને ગમશે ખરું? સમ અન્યોને તેની આક્રમકતા દ્વારા થતી લાગણી સમજતા બાળકને શીખવાડવું જરૂરી છે.
- ⊙ બાળકને મિડિયામાં આવતી આક્રમકતા, ઉગ્રતા, હિંસા, વગેરેથી અને મારામારી તથા યુદ્ધનાં રમકડાંઓથી દૂર રાખી તેને ખુલ્લી હવામાં શારીરિક રમત-ગમતમાં પરોવી રાખવા.

વિચારતા એવો સવાલ પેદા થાય છે કે આટલી બધી આક્રમકતા, ઉગ્રતા, પાશવીતા વગેરેના ગુણ ગુજરાતી શાંત પ્રજામાં એકદમ ક્યાંથી ઉભરી આવ્યા? મનોવૈજ્ઞાનિકો માટે આ વૈચારિક મુદ્દો છે. તેવી રીતે જ હુલ્લડની મોડસ ઓપેરેન્ડીમાં ટીવી, વાર્તાઓ, ફિલ્મોમાં દર્શાવાતી હિંસા, ઉગ્રતા વગેરેનો કેટલો ફાળો છે તે પણ ચર્ચાનો હોટ વિષય છે. શું આ આક્રમકતાના મૂળ બાળપણમાંથી નંખાય છે? હા, મહદ્અંશે બાળપણનો ઉછેર માણસની આક્રમકતામાં ઘણો મહત્વનો ભાગ ભજવે છે. બદલતા જમાનાની અસર બાળમાનસ પર કાયમી છાપ જરૂર છોડે છે. તેમાં બાળમાનસને ઉગ્ર અને આક્રમક બનાવતી મોડર્નીઝેશનની આડઅસર છેલ્લા થોડા વર્ષોમાં ઘણી દેખાય છે અને તેની લપેટમાં પશ્ચિમના દેશો ઘણા વર્ષોથી આવી ગયા છે જ. આના ઉદાહરણો માટે સમાચારોમાં માત્ર હેડલાઈન્સ રોજ વાંચો તો જણાશે કે કિશોરો, યુવાનો અને બાળકો વધુ ગંભીર ગુન્હાઓ આચરતા થઈ ગયા છે. પશ્ચિમના દેશોમાં પુખ્ત વયનાઓ દ્વારા આચરતી હિંસાનું પ્રમાણ ધીરે ધીરે ઘટી રહ્યું છે અને તરૂણોમાં વધી રહ્યું છે. તેથી પહેલાં બાળકોને મોટાંથી રક્ષણ આપવાની ચિંતા કરાતી હતી ત્યાં હવે લોકો એવું પણ વિચારતા થઈ ગયા છે કે મોટાંઓને બાળકો, તરૂણો, યુવાનોથી સાચવીને રાખવાનો સમય આવી ગયો છે!! એટલે ત્યાં તરૂણોને પુખ્ત વયનાની જેમ સજા કરવાની ઉમરની લિમિટ ઘટાડવામાં આવી રહી છે.

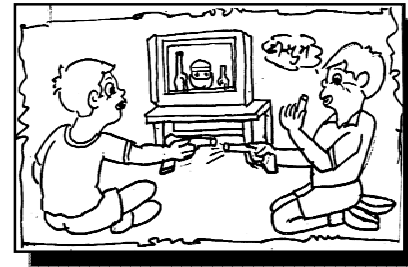
વ્યક્તિગત ધોરણેથી ઉપર ઊડીને વિચારીએ તો પહેલાના જમાનામાં દુનિયામાં દેશોને ટકવા માટે લડાઈઓ અને યુદ્ધો કરવા પડતા હતા, હવે બદલાતા જમાના સાથે એવું લાગે છે કે હવે અસ્તિત્વ સારી રીતે ટકાવવા માટે યુદ્ધ-લડાઈ નિવારણ પર વધુ ભાર આપવો જરૂરી છે. ભવિષ્યની પેઢીને આ મુદ્દો સમજાવવો અને મગજમાં ઉતારવો જરૂરી છે અને તે માટે અગત્યનું છે તે તેમનામાં ઉગ્રતા અને આક્રમકતા ઘટાડવાના પગલાં અત્યારથી લેવા જોઈએ. પણ કટુ વાસ્તવિકતા એ છે કે દુનિયામાં ક્યાંય આવા પગલાં મોટા પાયે લેવાતા નથી.

આટલી લાંબી છણાવટ બાદ મુદ્દાની વાત પર આવીએ કે બાળકમાં આક્રમકતા-ઉગ્રતાના મૂળ ક્યારે અને કેવી રીતે નંખાય છે? આ લાગણીના કુદરતી ક્રમને પહેલાં જોઈએ.

ગુસ્સાની વ્યક્ત લાગણી બાળકમાં છ મહિનાની ઉમર પછીથી દેખાય છે. અન્ય લાગણીઓની જેમ શરૂઆતના વર્ષોમાં બાળક ગુસ્સા પર કાબૂ ના રાખી શકે એટલે તેને તરત જ કોઈક રીતે વ્યક્ત કરી દે છે. એટલા માટે નાના બાળકને ચિડવતા તે સામેવાળી વ્યક્તિને જોયા વગર જ મારી દે. બટકું ભરી દે, ગાળ કે અપશબ્દ પણ બોલી દે! પછી ત્રણેક વર્ષનું થાય ત્યારે લાગણી પર થોડો કાબૂ આવતા તે મારામારી ઓછી કરે પણ રમતમાં બીજાઓને મારતું હોય, શુટ કરતું હોય તેવું વર્તન કરે અને ચાર પાંચ વર્ષે તે ગુસ્સાને બોલીને વ્યક્ત કરે છે.

છ થી બાર વર્ષનું બાળક રમતમાં પણ ઘરની વ્યક્તિ પર આક્રમકતા નહીં દાખવે, પણ યુદ્ધની રમત રમશે. તે એટલા માટે નહીં કે ઘરના સહુ તેના પર કડક થયા છે પણ બાળક પોતાની લાગણી પર કાબૂ રાખતા શીખ્યું છે. હવે તો વાલીઓને નુકશાન કરવાના વિચાર પણ બાળકને વ્યથિત કરી મૂકે છે. પછીથી વધતી ઉમરે તરૂણાવસ્થામાં આક્રમકતા અને ઉગ્રતા વધુ વકરે છે પણ ત્યારે બાળક સ્પર્ધાત્મક રમતો, શારીરિક રમતો, મજાક-મસ્તી-કટાક્ષ દ્વારા તેનો વિકલ્પ શોધી કાઢે છે!!

ગુસ્સાની લાગણીને આક્રમકતા-ઉગ્રતામાં ઢળતાં અટકાવવામાં બાળઉછેરનો, ઘરના વાતાવરણનો, સમાજના અને આસપાસના વાતાવરણનો ઘણો ફાળો હોય છે. તેમાં સહુથી વધુ અગત્યનું છે તે ગુસ્સાને કાબૂમાં રાખવા ઘરના સહુનો બાળક માટે નિઃસ્વાર્થ પ્રેમ અને બાળકની તેમના માટે માનની લાગણી છે. જ્યારે બાળકને નાનપણમાં પ્રેમની ઊણપ વર્તાય, તેને હઠપૂત કરાય, તેને માર મરાય, ઘરમાં કંકાસ વર્તાય, ત્યારે તેનામાં આક્રમકતાના મૂળ નંખાય છે. ત્યારે આગળ જોઈ ગયા તે ક્રમમાં ગુસ્સાને કાબૂમાં લેવાની આવડતમાં વિક્ષેપ પડે અને ગુસ્સો આક્રમકતામાં ઢાળ પામે છે!! આ એક સનાતન સત્ય છે. નાનપણમાં પ્રેમની ઊણપ, શારીરિક માર અને કંકાસ બાળમાનસ પર ઊંડા ઉગરડા પાડી દે છે. શરૂઆતમાં તે આવા ઘા થકી રડે અને ચિંતિત સ્વભાવનું રહે પછી વખત જતાં આ માનસિક આઘાત ચાલુ રહેતા બાળક એવું શીખે કે આ જ સાચું જીવન છે અને તેણે પણ અન્યોને માર મારી, હિંસા કરી જીવવું જોઈએ અને તેમ નહીં કરે તો દુનિયા તેને ખાઈ જશે. તેને એવું જણાય કે દુનિયામાં બે જ વર્ગ છે, એક માર ખાનાર અને બીજું માર મારનાર અને છેવટે તે પોતાનો માર્ગ આક્રમકતામાં શોધે છે. આવા ઉછેરલ બાળકમાં સહિષ્ણુતાના સ્વાભાવિક રીતે અભાવ જોવા મળે છે. બીજાઓ પર શારીરિક રીતે હાવી થઈ જવામાં જ તેને જીવનનું લક્ષ્ય જણાય. આવી ગંભીર માનસિકતામાં ઉમેરો કરે છે તે આસપાસનું વાતાવરણ જેમાં આજુબાજુ સહુ આ પ્રકારની આક્રમકતાને અનુમોદન આપે છે. મનોવૈજ્ઞાનિક વિચિત્રતા અને વિરોધાભાસ એવો છે કે આક્રમક વ્યક્તિ હંમેશા પોતાને શોષિત સમજે છે પછી ભલે તે કોઈ વ્યક્તિ પ્રત્યે હોય, કે સમાજ પ્રત્યે, કે સરકાર પ્રત્યે આવી લાગણી હોય અને તેથી પોતાની ઉગ્રતાને જ યોગ્ય અભિવ્યક્તિ સમજે છે!!



આ ઉપરાંત મિડિયા (ફિલ્મો, ટીવી, છાપા, મેગેઝીનો, વાર્તાની ચોપડીઓ વગેરે) અને આક્રમક રમતો (ગન, રીવોલ્વર, તલવાર, ટેન્ક, ફાઈટર પ્લેન, ગદા, તલવાર વગેરે જેવા યુદ્ધ આયુધોના રમકડાં અને રમતો) પણ બાળકમાં આક્રમકતા-ઉગ્રતાને પોષવામાં મહત્વનો ભાગ જરૂર ભજવે છે.