

## પ્રકરણ-૬

### ‘આ બાળકોની ઈર્ષાઓ અને ઝઘડાઓથી તો તોજા!’

‘અમારા આ બે બાળકોથી તો તોબા પોકારી ગયા છીએ, નાની વાતોમાં બસ ઝઘડયા જ કરે. બંનેને સરખી વસ્તુ લઈ આપો તો પણ એકબીજા સાથે લડે, નાનો મોટાની વસ્તુઓ લઈ લે અને સમજે નહી, ત્યારે મોટાને સમજાવ્યે કે નાનાને મરાય નહી તો તે પણ માને નહી, બાજુવાળાના બાળકો તો કેવા સંપીને રમે તે બતાવીએ છતાં કોઈ ફાયદો નથી.’

આવી ભાડુંઓ વચ્ચેની ઈર્ષાની વાતો ઘરે ઘરે જોવા-સાંભળવા-અનુભવવા મળતી હોય છે. એવું કોઈ ઘર અને વ્યક્તિ



નહી મળે જેને આ લાગણીનો અનુભવ ના થયો હોય. ઈર્ષા માનવ સ્વભાવની મૂળભૂત લાગણીઓમાંની એક છે જે બાળકોમાં અન્ય લાગણીઓની જેમ જ તરત બહાર દેખાઈ આવે, તરત કાબૂમાં ના આવે અને વળી બહુ લાંબી પણ ના ચાલે. બાળક મોટું થતાં તેને કાબૂમાં રાખતાં શીખી જાય પણ જો બાળપણમાં બાળકની આ લાગણીને વ્યવસ્થિત ઢાળ ના અપાય તો કાયમી સ્વભાવની તકલીફો ઊભી કરી શકે છે. જેમ કે સ્વભાવમાં ઉગ્રતા, સ્વાર્થીપણું, લઘુતાગ્રંથિ (ઇન્ફીરીયોરીટી કોમ્પ્લેક્સ) વગેરે જે તેને મોટાં થતા જુદી જુદી જાતના માનવીય વ્યવહારોમાં નડે છે.

ઈર્ષાની લાગણીનો જન્મ અસલામતીની ભાવનામાંથી થાય. અસલામતી ઘણી રીતે ઊભી થઈ શકે છે જેમ કે મા-બાપ-વાલીઓનું બાળકો પર વધુ પડતું પ્રભુત્વ, ઓવર-પ્રોટેક્શન (નાની-નાની બાબતોમાં પણ બાળકને મદદ કર્યા કરવી, તેને જાતે શીખવા ના દેવાય, તેના પર ‘હજુ બાળક જ છે’ કરીને નાની બાબતોમાં વિશ્વાસ ના મૂકાય, જરાક વાગે તો પણ તેને મોટું સ્વરૂપ અપાઈ જાય વગેરે જેવું વર્તન ઓવર પ્રોટેક્શન ગણી શકાય). વાલીમાં અધીરાપણું અને ઉગ્રતાભર્યા સ્વભાવ હોય ત્યારે બાળકમાં અસલામતી વધી જાય. ઘરમાં કંકાસ હોય, ગેરશિસ્તભર્યું વર્તન હોય (સ્કૂલમાં સારા શિસ્તની વ્યાખ્યા શીખી આવેલું બાળક ઘરમાં કંઈક જુદું જ જુએ-અનુભવે ત્યારે અસલામતીની ભાવના પેદા થાય છે).

ઈર્ષા અને અસલામતીની ભાવનાની શરૂઆત નાનપણમાં ત્યારે પણ શરૂ થાય જ્યારે બાળકની સહજ હક કે તોફાન વગેરેથી છૂટવા કે તેને કંઈક મનાવવા એમ કહેવાય કે ‘આમ નહી કરે તો હું તારી મમ્મી નહી થાઉં,’ ‘જા તો તું મારો દીકરો નથી’ વગેરે.

ઈર્ષા એટલે મૂળભૂત એવી ભાવના જેમાં પોતાનું કંઈ ગુમાવી દેવાનો અનુભવ અથવા પોતાને કંઈક ઓછું મળ્યાનો અનુભવ થતો જણાય. આ લાગણી બાળપણમાં મા-બાપનો અનકંડીશનલ પ્રેમ ગુમાવી દેવાની બાબતોથી શરૂ થાય. તેનો સૌથી સામાન્ય સમય બીજા બાળકના જન્મથી થાય છે. આ ખાસ તો મોટા બાળકને હેરાન કરે છે. બીજું બાળક આવે તે પહેલાં આખું ઘર મોટાની આસપાસ ફરતું હોય, તેને જે જોઈએ તે મળી જાય, બાળકને એવું લાગે કે તે પોતે જ આખી દુનિયાનું કેન્દ્ર છે. પછી બીજું બાળક આવતાં એવો સિનેરિયો ઊભો થાય જાણે મોટાનો આખો ‘ગરાસ લૂંટાઈ ગયો’ હોય. બધાનું ધ્યાન નાના પર ફંટાય જાય. પપ્પા બહારથી આવીને પહેલાં નાના વિશે પૂછે, તેને રમાડવા લે અને પછી કદાચ સમય મળે તો મોટાને ધ્યાન દે. મમ્મી આખો દિવસ નાનાની કાળજી લેવામાં સમય કાઢે. મોટાને તો નાનાને અડકવા પણ ના દેવાય. ‘હજુ તું નાનાને પકડવા-તેડવા માટે નાનો છે, તેને અડવું નહીં.’ ‘તારાથી એને વાગી જશે તો?’ વગેરે જેવા ડાયલોગથી મોટાની લાગણીઓને ઠેસ વાગવાનું શરૂ થઈ જાય. ઘરની બહારથી આવતા મુલાકાતીઓ પણ નાના માટે જ કપડાં ભેટ વગેરે લાવે, અને નાનાને જ ખાસ રમાડે તેવું મોટાને ભાન થાય. સૌથી વધુ ગુમાવવાની ભાવના તો ત્યારે થાય જ્યારે તેને મમ્મી પડખે સૂવાનું ના મળે અને તે જગ્યા નાનાએ લઈ લીધી હોય. તેમાં પણ જો નાનું બાળક ત્યારે આવી જાય જ્યારે મોટાનું ધાવણ છૂટ્યું ના હોય અને એવા સંજોગોમાં મોટાનું સ્તનપાન તરત છોડાવું પડે ત્યારે તેને માટે અત્યંત કપરો સમય આવે છે.

પછી નાનું બાળક મોટું થતાં મોટા બાળકના રમકડાં જૂંટવા માંડે ત્યારે બીજો સિનેરિયો ઊભો થાય. રમકડાં માટે કે કોઈ વસ્તુ માટે બાળકો ઝઘડે ત્યારે વડીલો નાનાનો પક્ષ લેતાં મોટાને સમજાવે કે ‘તું તો મોટો છે. નાનો તો ના સમજે, તારે સમજીને રમકડું નાનાને આપી દેવું જોઈએ’ (આમ એકદમથી ‘મોટા’ થઈ જવાનું તેની સમજણમાં કોઈ હિસાબે ઉતારી શકાય નહીં).

જુદે કે ગુસ્સે ચડેલું બાળક હાથ-પગ પછાડી ચિલ્લાવા માંડે ત્યારે કેમ વર્તવું?

ઈર્ષાની ભાવના ઉશ્કેરવા અન્ય એકદમ જોરદાર પરિભળ છે તે અન્ય બાળકો સાથે સરખામણી કરવી. ‘જો પેલો કેટલો ડાહ્યો છે. જરા પણ રડતો નથી,’ ‘ફલાણો તો તારી જેમ ક્યારેય વર્તે નહીં, તું તો સાવ જડ જેવો છે,’ ‘ઢીકણો તો જો કેવું સરસ બધું ખાય છે. તને તો ઘણ, શાક ભાવતા જ નથી’ વગેરે વગેરે જેવા અસંખ્ય સંવાદો દરેક ઘરમાં જાણ્યે અજાણ્યે બાળકોની સરખામણી કરતા સાંભળવા, અનુભવવા મળે છે. આ સરખામણી થકી શું કોશિશ થાય છે તે બાળકના લોજીકમાં ઊતરે નહીં. ઊલટું તેનું લોજીક એવું ઇન્ટરપ્રીટ કરે ‘હું જેવો છું તેવો કોઈને મંજૂર નથી’, ખાસ તો એવી બાબતોમાં થાય જ્યાં બાળકનો પોતાની જાત પર કોઈ કંટ્રોલ ના હોય.

આમ જાતજાતની રીતે ઈર્ષા શરૂ થાય. અસલામતી શરૂ થાય ત્યારે બાળકો જુદી જુદી રીતે તેને વ્યક્ત કરે છે. સહુને આંખે ઊડીને દેખાઈ આવે તેની અભિવ્યક્તિ છે તે ઝઘડો કરવો, ગુસ્સો કરવો, મારામારી કરવી, ગાળાગાળી કરવી, તોડફોડ કરવી, રડવું વગેરે. આ સિવાય બીજી ઘણી રીતે બાળક પોતાની અસલામતી વ્યક્ત કરે છે જેની સામાન્ય રીતે લોકો નોંધ ના લેતા હોય. જેમ કે મોટું બાળક જાણે એકદમ નાનું હોય તેવી રીતે વર્તે, તે અંગૂઠો ચૂસવા માંડે, પહેલા પથારીમાં પેશાબ ના કરવાનું શીખેલું બાળક ફરીથી ઊંઘમાં પેશાબ કરવા માંડે, ચઢીમાં દિવસે પણ સંડાસ કરી પડે, નાના બાળક જેવું કાલુ- કાલુ બોલવા માંડે, એકલપટ્ટુ થઈ જાય, જીદી થઈ જાય, ખાવામાં વરણાગીઓ કરવા માંડે, સ્તનપાન છોડી દીધું હોય તો પણ ફરીથી સ્તનપાનની માંગણી કરે, વગેરે. તે નાના બાળક સાથે રમવા લાગે પણ ક્યારેક માબાપ એવું નોંધે કે ‘મોટો તો નાનાને બહુ જોરથી તેડી રાખે છે, તેને પડવા નહીં દેને!’ તે આખો દિવસ મમ્મીની પાછળ જ ફર્યા કરે. તે પોતાના ગુસ્સો રમતાં રમતાં રમકડા પર (ઢીંગલીઓ પર) ઉતારે. ક્યારેક તો આખો દિવસ નાનાની જ વાતો કર્યા કરે જેમ કે ‘નાના ભાઈલુને તો આ ભાવે છે’, ‘ભાઈલુ તો બહુ ખરાબ છે’, ‘તને તો બાવો લઈ જશે’, ‘ભાઈલુને પાછો હોસ્પિટલ મૂકી આવ’ વગેરે...

### શું કરવું અને શું ના કરવું ? પેરેન્ટીંગ ટીપ્સ:

- બીજું બાળક આવવાનું હોય તે પહેલાં થોડાં અઠવાડિયાઓ અગાઉથી બાળકને માનસિક રીતે તૈયાર કરવું. તેને ભાઈ આવવાનો છે કે બહેન તેની ચોખવટ કરવાની કે ‘તારે ભાઈ જોઈએ કે બહેન’ તેવી ચોઈસ ના આપવી.
- બાળકની ઈર્ષાને મદદ કરવાની ભાવનામાં પલટાવી દેવી. મોટા બાળકને નાના બાળકના કામમાં જોતરી દેવું, જેમ કે નાના માટે ટુવાલ, સાબુ, નેપકીન, વાટકી, ચમચી વગેરે જેવી વસ્તુઓ લેવા મોકલવું. જાણે તે નાનાની કાળજી લેવામાં મદદ કરતો હોય તેમ લાગવું જોઈએ.
- ઘરના તેમજ મુલાકાતીઓએ બહારથી આવી નાના બાળકને તરત જ રમાડવા ના લેવું તેમજ આખો દિવસ નાના બાળક વિશે વાતો કર્યા ના કરવી. મોટાને પણ પૂરતું ધ્યાન આપવું.
- શક્ય હોય ત્યાં સુધી મોટાને ઓછું આવે અને ઈર્ષા થાય તેવા નાના બાળકના કામો મોટું સ્કૂલે કે રમવા કે ઊંઘમાં હોય ત્યારે તેની ગેરહાજરીમાં પતાવી લેવા.
- પાંચ સાત વર્ષથી મોટા બાળકોને પોતાના મિત્રમંડળમાં પરોવી રાખવાના નુસ્ખા કરવા. તેથી નાનાને પણ શક્ય તેટલું બીજાઓ સાથે હળવા મળવા અને ત્યાંથી આનંદ અને પ્રેમ મળે તેમ કરતાં શીખવાડવું.
- ક્યારેય બાળકની સરખામણી ના કરવી.
- બાળકોનો ઝઘડો ઠંડો કરતી વખતે ક્યારેય કોઈનો પક્ષ ના લેવો અને કોઈનો વાંક કાઢવો નહીં (સિવાય કે કોઈ એકે બહુ અસામાજિક વર્તન કર્યું હોય તો જ). ઝઘડો શાંત કરતી વખતે કોણ ખોટું કોણ સાચું તેવી દલીલ સાંભળવી નહીં માત્ર ઝઘડો બંધ કરવા પર જોર આપી સમજાવવું કે જે પતી ગયું બસ! આવું કરશો તો બાળકો વધુ ઝઘડા કરતાં અટકશે અને કરેલું તરત ભૂલી જશે.
- ઘરના કંકાસ અને મા-બાપ સગાંઓ વચ્ચેના ઝઘડાઓમાંથી બાળકો પણ શીખે એટલે તે સિમાડે પર પણ શાંતિ આવશ્યક છે.
- રમકડાં વગેરે એકબીજાને આપવા માટે બાળક પર જબરદસ્તી ના કરવી પણ જે રમકડું મોટા બાળકને ના ગમતું હોય, તેને માટે જૂનું થઈ ગયું હોય તે બીજાને આપવા સમજાવી શકાય.
- ઝઘડાઓમાં એક બાળક બીજાને મારતું હોય ત્યારે તેને અવશ્ય રોકવું પણ સજા તરીકે તેને મારવું નહીં, બીજાવાવું નહીં કે અન્ય મોટી સજા ના કરવી પરંતુ તેને સાફ શબ્દોમાં જણાવી દેવું કે તારી આવી હરકત અમને મંજૂર નથી. સાથોસાથ તેને પાસે બોલાવી પ્રેમથી વાત પણ કરવી કે ‘તને ખૂબ ગુસ્સો આવે છે. તેની અમને ખબર છે પણ તું ચિંતા ના કરીશ અમને તારા માટે તેટલો જ પ્રેમ છે.’



ઝૂંદે કે ગુસ્સે ચડેલું બાળક હાથ-પગ પછાડી ચિલ્લાવા માંડે ત્યારે કેમ વર્તવું?