

પ્રકરણ-૯

દિવસ-રાત કોઈ ખાસ કપડું મોંમાં રાખવાની કે રમકડું સાથે ફેરવવાની ટેવ

‘જુઓને ડોક્ટર અમે આનું શું કરીએ, અમારા રોનીને બસ એની મમ્મીના દુપટ્ટાનો છેડો આપ્યો દિવસ મોંમાં નાખવા જોઈએ.’

‘ આખો દિવસ! એટલે ક્યારે ખાસ આવી જરૂરિયાત ઊભી થતી લાગે?’

‘ખાસ તો ઊંઘ આવતી હોય ત્યારે જોઈએ. દુપટ્ટાનો છેડો ના મળે તો રુમાલ કે ચાદર પણ ચાલે. જો તેને આવું કંઈક ના મળે તો તે ઊંઘે પણ નહીં. આ સિવાય જ્યારે નવરો પડે કે તરત જ દુપટ્ટો માંગે. આ ઉપરાંત રિસાઈ જાય કે અપસેટ હોય ત્યારે પણ તેને મોંમાં નાખવા જોઈએ.

‘ક્યારથી આવી આદત પડી છે?’

‘આજે અઢી વર્ષનો થયો છે. લગભગ આઠ-નવ મહિનાની ઉંમરેથી આવી આદત પડી છે.’

‘તો તમે તેનું શું કરો છો?’

‘શું કરીએ, ઘણી કોશિશ કરી છોડાવવાની પણ તેમ કરતાં તે વધુ કોચવાય એટલે તેને ફાવે તેમ કરવા દઈએ છીએ.’

આપણે આપણી આસપાસના બાળકોનું અવલોકન કરશું તો આવી આદતવાળા બાળકો જરૂર મળી આવશે. જેને જાતજાતની વસ્તુઓ સાથે એકદમ જોરદાર બંધન હોય કે સખત આત્મીયતા હોય અને તેના વગર ચાલે જ નહીં આવી વસ્તુ તરીકે સૌથી સામાન્ય કપડાંનો ટુકડો હોય છે અને તેમાંય તેનો એક ખાંસ છેડો મોંમાં નાખવા જોઈએ. મોટાભાગે એક જ કપડા માટે એવી આદત પડે જેમ કે કોઈ એક ગાભો, ચાદર, ઓઢણી કે ઓશીકાનું કવર વગેરે તેવી રીતે કોઈ ખાસ પ્રકારનું રમકડું જેમ કે ખાસ ઢીંગલું, ગાડી વગેરે. મોટાભાગે એવી વસ્તુ બાળક પસંદ કરે છે જે મોંમાં નાંખીને ચાવી શકાય! આ આદતને અંગૂઠો ચૂસવાની આદત સાથે સરખાવી શકાય. તેવું ય જોવા મળે છે કે અંગૂઠા ચૂસનારા બાળકોમાં આવી આદત વધુ પડે છે.

જે વસ્તુ સાથે જોરદાર આત્મીયતા હોય તેના વગર તેને ચાલે જ નહીં. ત્યાં સુધી કે બહારગામ જાય ત્યારે વાલીઓએ તે વસ્તુ સાથે લઈ જવી પડે. વળી તેના જેવી જ વસ્તુથી પણ બાળકને સંતોષ થાય નહીં. તે વસ્તુ ગંદી ખરાબ થઈ જાય તો તેને બાળક ધોવા પણ ના દે! આખી રાત તે વસ્તુને વળગીને સૂવે તેવું પણ બની શકે. આવી વસ્તુનો સાથ તેને નવરાશના સમયે (જ્યારે રમત કે કોઈ કાર્ય-પ્રવૃત્તિ હાથ પર ના હોય ત્યારે) અથવા તો તે અપસેટ હોય, ગુસ્સામાં હોય, હતાશ હોય ત્યારે ખાસ જરૂર પડે. એટલે કે આ આદત તેને જાણે સાંત્વના આપતી હોય તેવું અનુભવાતું હોય તેમ લાગે છે!! આવી આદત કોને કેટલી હદે અસર કરશે? ક્યું બાળક કેટલો સમય આવું ચાલુ રાખશે? કોને આદત નહીં પડે? આવી આદત સારી કે નહીં? આ આદત પડવા દેવી કે નહીં? તેને નિવારવા શું કરવું? તેવા ઘણા પ્રશ્નો વાલીઓને થાય છે. મોટાભાગના આ પ્રશ્નોનો જવાબ ત્યારે સમજી શકાય જ્યારે આ આદત શા માટે પડે છે અને તેની પાછળનું મનોવિજ્ઞાન શું છે તેની જાણકારી હોય.

બાળકે છ-સાત મહિનાનું થાય ત્યારે તેનામાં ધીરે ધીરે એવી સમજણ ઉભી થાય છે કે તે પોતે એક અલગ અસ્તિત્વ ધરાવે છે, તે પોતે એક વ્યક્તિ છે, તેના પોતાના કંટ્રોલ-કાબૂમાં પણ કંઈક હોય શકે છે. આવી સ્વતંત્રતાની ઝીણી ઝીણી ધીરી ધીરી લાગણીઓ તેનામાં આવવા લાગે. એટલે તે પોતે મા-બાપથી થોડુંક અળગું થવાના પ્રયત્નો કરે છે. તે કેવી રીતે? બારીકાઈથી નિરીક્ષણ કરવામાં આવે તો જે બાળક વાલીના હાથોમાં શાંતિથી પડીને રમતું રહેતું, જે પહેલાં ખોળો છોડવા માંગતું નહીં તે હવે જરાક સ્તનપાન કરીને હાથપગ હલાવતું પોતાને વાલીથી અલગ હટાવવા પ્રયત્નો કરે, તે જાતે જ પોતાનું રમકડું પકડીને રમવા માંગે, બોટલથી દૂધ પીવડાવતા હોય ત્યારે તે જાતે જ પોતાના હાથમાં બોટલ પકડવા માંગે, ચમચીથી ખોરાક આપતા હોય ત્યારે જાતે પોતાના હાથે ખાવા માંગે વગેરે જેવી નાની નાની પ્રવૃત્તિઓમાં પોતાનો સ્વતંત્ર કાબૂ જતાવવા માંગે. આવી ખાવાની, રમવાની, વગેરે જેવી શારીરિક પ્રવૃત્તિઓ પર પોતાનો સ્વતંત્ર કાબૂ જતાવવાની કોશિશોની જેમ બાળક ઈમોશન (લાગણીઓ) પર પણ સ્વતંત્રતા કેળવવા કોશિશ કરે છે, તેવી એક કોશિશ પોતાની જાતને સાંત્વના આપવાની છે. સામાન્ય રીતે વાલીના ખોળામાં, હાથમાં કે ઘોડિયામાં ઝૂલતી વખતે તથા સ્તનપાન વખતે બાળકને આંતરિક આનંદ અને શાંતિ મળતી હોય છે. હવે પોતાની રીતે કાબૂમાં હોય તેવી આવા પ્રકારની સ્વતંત્ર શાંતિ શોધવાની કોશિશમાં અંગૂઠો ચૂસવા માંડે, કોઈ કપડાનો ટુકડો મોંમાં મૂકી ચૂસે, પથારીમાં પડ્યા પડ્યા માથું લયબધ્ધ રીત ઘસે, ઢિંગલા-ઢિંગલીને વળગીને સૂવે, ટીબેર જેવા પોચા રમકડાંને પંપાળે, વગેરે જેવી હરકતો કરે. આવી હરકતોમાં તેને જાણે વાલી તરફથી મળતા ઉષ્માભર્યા પ્રેમની અનુભૂતિ થાય છે! પછી આ હરકતો આદતનું સ્વરૂપ પકડે અને બાળક તેના પર વધુ ને વધુ નિર્ભર થતું જાય જાણે કે વ્યસન લાગી ગયું હોય. પછી તો આવી આદત ઘણા વર્ષો સુધી રહી શકે. પછી છેવટે બાળક સમજણ થઈને રમત-ગમત, મિત્રો, વાંચન વગેરે પ્રવૃત્તિમાં પોતાની જાતને વાળીને છેવટે આદત ભૂલી જાય છે. જેને આ આદત પર નિર્ભરતા ઓછી હોય તે વહેલા ભૂલી જાય. પણ ધાક-ધમકીથી કે બીવડાવાથી આ આદત છૂટી શકતી નથી. આ ઉપરાંત આદતવાળી વસ્તુ પર કડવાશ-તીખાશ વગેરે સ્વાદ લગાડવાથી કે તેનો રંગ બદલવાથી બાળક તેને છોડશે તેવી કોઈ ગેરંટી નથી હોતી. ઊલટું આવું કરવાની બાળક વધુ અસલામતીની ભાવનાથી પીડાશે જે માનસિક તણા પેદા કરશે અને તેને ઊંઘવામાં તકલીફ થાય!!

આવા બાળકો સાથે કેવી રીતે વર્તવું તે એક સામાન્ય પ્રશ્ન રહે છે. બાળકે ચૂસી- ચૂસીને અને બધે ફેરવી- ફેરવીને કપડાંને કે રમકડાંને ગંદું કરી મૂક્યું હોય છતાં છોડે નહીં ત્યારે વાલીની અસહ્ય હાલત થઈ જાય. એટલે જ્યારે બાળક ભરઊંઘમાં હોય ત્યારે રોજ તેનું ગાભું કે રમકડું હળવેથી છોડાવીને લઈ લેવું. ધોઈ નાખવું અને તે ઊઠી જાય તે પહેલાં સૂકાય જાય તેવી વ્યવસ્થા પણ કરવી પડે. આ સિવાય તેના આબેહૂબ પ્રતિકૃતિનાં કપડાં કે રમકડાંની વ્યવસ્થા કરી બાળકની જાણ બહાર બદલતા રહેવાથી પણ ધોવા-સૂકવવામાં સરળતા પડે છે.

શું આ આદત નુકશાનકર્તા છે? તેને છોડાવવા શું કરી શકાય? તેવા પ્રશ્નો પણ થાય તે સ્વાભાવિક છે. આ આદત પડે જ નહીં તેવા નિવારણના પગલાં તેમજ આદત પડ્યા પછી છોડાવવાનાં પગલાં તરીકે કોઈ કારગર વૈજ્ઞાનિક રીત નથી પણ શરૂઆતના તબક્કે બાળકની આવી જરૂરિયાતને ઓળખી તેને અન્ય પ્રવૃત્તિમાં જ્યાં તેને રસ પડે તેમાં સતત રોકી રાખવાથી ફાયદો થાય પણ ખરો. જો તેનું કપડું કે રમકડું લઈ લેશો તો તે બીજી કંઈ એવી હરકત શોધી કાઢશે. એટલે બાળકને બને એટલું પોતાની રીતે સ્વતંત્ર થવા દેવું, જાતે ખાવા દેવું, જાતે દરેક પ્રવૃત્તિ કરવા દેવી પણ તેને નુકશાનકર્તા ના થાય તે જોવું. બાળક સમજણું થાય ત્યાં મહિને બે-ચાર વાર (રોજ કે દર અઠવાડિયે નહીં) તેને શાંતિથી કોઈપણ ઉચાટ, તાલાવેલી કે ધમકીભર્યા અવાજ વગર સમજાવવું કે તે મોટું થતાં આ આદત આપોઆપ છોડી દેશે. બસ માત્ર આટલું જ ધ્યાન રાખી શકાય તેમ હોય છે.

ઘાક-ધમકીથી, બીવડાવાથી, કપડાંનો છેડો મોંમાં રાખવાની આદત છૂટી શકતી નથી. આ ઉપરાંત આદતવાળી વસ્તુ પર કડવાશ - તીખાશ વગેરે સ્વાદ લગાડવાથી કે તેનો રંગ બદલવાથી બાળક તેને છોડશે તેવી કોઈ ગેરંટી નથી હોતી.

