டாக்டர் டி.காமராஜ்
சென்னை-26

டாக்டர் ஜெயராணி
சென்னை-26

டாக்டர் கவுதம் தாஸ்,
சென்னை-31

எதற்கெடுத்தாலும் கோபம்.... எல்லாவற்றுக்கும் ஆத்திரம்....இன்றைய டீன் ஏஜ் பிள்ளைகளை எப்படி சமாளிப்பது என்றே தெரியவில்லை. உங்கள் யோசனை என்ன?

டாக்டர் கவுதம் தாஸ் சொல்லும் ஆலோசனை:

கோபக்காரப் பிள்ளைகளைக் கையாள்வது என்பது ஒவ்வொரு பெற்றோருக்கும் மிக தர்மசங்கடமான, சவாலான காரியம்! பிள்ளைகளின் கோபத்தையும், கோபத்தின் வெளிப்பாடாக உடல்ரீதியாகவும், உணர்வு ரீதியாகவும் அவர்கள் அரங்கேற்றும் வன்முறைகளையும் சமாளிக்கத் தெரியாமல், தினம் தினம் நொந்து போகிற பெற்றோர்கள் அதிகம்தான்.

சில பிள்ளைகளுக்கு பெற்றோருடன் எப்போதும் ஏழாம் பொருத்தம்தான். அவர்களுக்கென சில அபிப்ராயங்கள் இருக்கும். பெற்றோருக்கு ஒன்றும் தெரியாது.... தமக்குத்தான் எல்லாம் தெரியும் என்கிற மனப்பான்மையில், தம் இஷ்டத்துக்கு எல்லாவற்றையும் செய்ய விரும்புவார்கள்.

மாறாக, பெற்றோர் ஏதாவது சொன்னால், வாக்குவாதம் வெடிக்கும். பிரச்னைக்குக் காரணமே தாம்தான் என்பதை மறந்து, சண்டையை ஆரம்பித்து வைத்ததாக பெற்றோரிடம் வாக்குவாதம் செய்வார்கள். இந்த மாதிரிப் பிள்ளைகள், தம்மைச் சுற்றியிருப்போரிடம் எப்போதும் இணக்கமாக இருக்கவே மாட்டார்கள். நண்பர்களாகப் பழக நினைக்கிற பெற்றோரிடமும் அப்படித்தான் இருப்பார்கள்.

இந்த மாதிரிக் குடும்பங்களை அடிக்கடி சந்திக்கிறேன். பிள்ளைகளுக்கும் கோபம்.... கவுன்சலிங்கில் பங்கெடுத்துக் கொள்வதையே விரும்புவதில்லை. பெற்றோரின் கோபம் அதை விட அதிகம். பிள்ளைகளின் நடவடிக்கைகளை பகைமைப் பார்வையிலேயே அணுகுவார்கள்.

பிள்ளை களின் தேவைகள் அவர்களைப் பொறுத்த வரை நியாயமற்றவை. பெற்றோருக்கும், பிள்ளைகளுக்குமான சந்தோஷமான தருணங்கள் என்பதே அரிதாகியிருக்கும். 'வீட்டை விட்டு வெளியே போயிடுவேன்' எனப் பிள்ளைகளும், 'வீட்டை விட்டு வெளியே துரத்திடுவோம்' எனப் பெற்றோரும் மாறி, மாறி மிரட்டிக் கொள்வார்கள். இரண்டுமே வெற்று பயமுறுத்தல்கள்!

கோபம் இருக்கிற இடத்தில்தான், குணமும் இருக்கும். யாருடன் சண்டையிடுகிறோமோ, அவரைப் பற்றிய அக்கறை நமக்குள் நிச்சயம் இருக்கும். பெற்றோருக்கும், பிள்ளைகளுக்குமான சச்சரவுகளும்கூட இப்படித்தான்.

வாக்குவாதங்களின்போது, வன்முறை என்பது வார்த்தைகளின் வாயிலாகவோ, உடல் ரீதியாகவோ சில சமயங்களில் வெளிப்படலாம். சில குடும்பங்களில் போதை, குடி போன்ற பழக்கங்கள் இதன் பின்னணியாக இருக்கலாம். அப்படி இல்லை என்கிறபோது, அந்த டீன் ஏஜ் பிள்ளை, உணர்வுகளுடன் போராட முடியாமல் தவிக்கவோ, தனது வாழ்க்கையில் அல்லது உடலில் ஏற்படுகிற மாற்றங்களைப் புரிந்து கொள்ள முடியாமல் தத்தளிக்கவோ கூடும்.

உதாரணத்துக்கு பூப்பெய்தும் பெண் பிள்ளைகளுக்கு, அந்தப் பருவத்தில் மனநிலையில் தாறுமாறான ஏற்ற, இறக்கங்களும், குழப்பங்களும் இருப்பது சகஜமே. கூடவே தனது எதிர்காலத்தைப் பற்றி, படிப்பைப் பற்றி, வாழ்க்கையை முறையைப் பற்றி முடிவுகள் எடுக்க முடியாத தடுமாற்றமும் சேர்ந்து கொள்ளும்.

எவ்வளவு சீக்கிரம் முடியுமோ, அவ்வளவு சீக்கிரமாக உங்கள் டீன் ஏஜ் குழந்தைகளுடன் மனம் விட்டுப் பேசுங்கள். உணர்வுகளைக் கையாளக் கற்றுக் கொடுங்கள்.

அவர்களது பிரச்னைகளைக் காது கொடுத்துக் கேட்க, நீங்கள் எப்போதும் தயார் நிலையில் இருப்பதாக நம்பிக்கை கொடுங்கள். சின்ன விஷயங்களுக்குக் கூட உடைந்து போகாமலிருக்க ஊக்கம் கொடுங்கள்." ●