

ज़रा सोचिए

'बच्चों का आत्मबल'



मालविका जोशी

बच्चे बहुत सारे काम खुद से करते हैं, और हम क्या करते हैं; "अरे तुमने ऐसा क्यों किया?" "अरे! ऐसा नहीं करना था बेटा। इसको ऐसे करना चाहिए था, तुमने तो सारा काम बिगाड़ दिया; तुम ऐसा मत किया करो।" ऐसा बोलकर कहीं न कहीं हम बच्चे का आत्मबल गिरा देते हैं। हमें हमेशा बच्चे को सही काम करते हुए पकड़ना चाहिए। जैसे कि "अरे! ये बेड तुमने लगाया है? अरे! ओह माई गॉड! कितने अच्छे से किया है, चादर भी तुमने बहुत अच्छे से बिछाई है; गुड, कीप इट अप।" "आह हा! तो आज यह सैलेड की पत्तियाँ तुमने तोड़ी हैं? और बहुत अच्छे से तोड़ी हैं और गुड, तुमने बहुत अच्छी पत्तियाँ चुनी भी हैं।" "आज तुमने अपने पसंद कि ड्रेस पहनी है? तभी मैं कहुँ इतने स्मार्ट कैसे लग रहे हो आप"।

तो हमेशा बच्चे को कुछ सही करते हुए पकड़िये। और उसकी तारीफ़ करिए। हमेशा हम यह सोचेंगे कि यह क्यों किया, वो क्यों किया, ऐसा न कर, वैसा न कर। कई बार थोड़ा सा झूठ बोलने से भी चलेगा। बहुत अच्छा नहीं किया फिर भी, अच्छा बोलेंगे तो चलेगा वो इस बात पर निर्भर करता है कि बच्चे की मानसिक स्थिति (मेंटल हेल्थ) कैसी है? मेंटल हेल्थ का मतलब ये नहीं कि वो कुछ गड़बड़ है। यदि कभी बच्चा खुश है तो वो आपकी तारीफ़ों को बहुत अच्छे से लेगा, और कई बार ऐसा भी हो सकता है कि उसे कुछ फ़र्क ही ना पड़े। लेकिन कई बार हो सकता है कि बच्चा कुछ परेशान हो तो ऐसे में हो सकता है कि आपकी की हुई तारीफ़ उसे ऐसे लगे कि जैसे आप उसपर कटाक्ष कर रहे हैं, या उसे क्रिटीसाइज़ कर रहे हैं। तो अपनी चीज़ को बहुत अच्छे से, सुंदर से सजाकर प्रस्तुत करिये। बस, सोचिए, सोच कर देखिए, फ़र्क पड़ेगा।

For viewing the content on her Facebook page, [click here](#).