

यज्ञवाची

एकल बच्चा हुकाउँदा ध्यान दिनुपर्ने कुरा

सन्तान जति थोरै हुन्छन्,

उति नै पालनपोषण गर्न सहज हुन्छ ।

धेरै सन्तान हुकाउँदा जति अभाव र

समस्याहरू भेलु पर्छ, थोरै सन्तान हुकाउँदा त्यस्तो हैंदैन भन्ने सोचका

साथ आजभोलि एउटा मात्र सन्तान जन्माउने प्रचलन बढ्दो छ ।

एउटा मात्र सन्तान भए उसलाई आमाबाबुले

पर्याप्त स्थाहारसुसार गर्न सक्छन् भन्ने

सोचाइ पाइन्छ । केही वर्ष पहिले र

अहिले बालबालिका हुकाउने तरिकामा

ठूलो पर्याप्त समय

व्यस्त जीवनशैली, पैसा कमाउने चाहना

र बढ्दो कामको दबावले अधिकांश

अभिभावकले छोराछोरीलाई समय दिन

सकेका छैनन् । यस्तोमा आमाबाबुले

एकल बच्चाको पालनपोषण र

हेरचाहमा उचित ध्यान नदिदा उनीहरू

एकलोपनको सिकार हुन सक्छन् ।

एकल बच्चाको पालनपोषण गर्दा

आमाबाबुले बच्चालाई पर्याप्त समय

दिनुपर्छ । यसो नगर्दा बालबालिकामा

एकलोपनको जोखिम हुन्छ । आमाबाबु

द्वै काम वा रोजगारीमा रहेका

बालबालिकाहरू जिद्दी हुने र

एकलोपनको सिकार हुने सम्भावना बढी

हुन्छ । त्यसैले हरेक अभिभावकले

एकल बच्चा हुकाउँदा यी सात कुरालाई

ध्यान दिनुपर्छ ।

बच्चालाई आत्मनिर्भर हुन प्रोत्साहन गरौ

आमाबाबुले एकल सन्तान हुकाउँदा सबै

ध्यान सबै बच्चाको वरिपरिन नै रहन्छ

र यो प्रक्रियामा उनीहरूले बच्चालाई

यति धेरै ध्यान दिन थाल्छन् कि सानो

सानो काम पनि गर्ने मौका नै

दिनेनन् । यसो गर्दा बच्चाको व्यक्तिगतमा नकारात्मक प्रभाव पर्छ ।

स्वतन्त्रता दिँदै

बच्चालाई आफ्नो काम आफै गर्न र

केही नयाँ काम गर्ने स्वतन्त्रता दिनुपर्छ ।

यसो गर्दा उसले आफ्नो इच्छा

धेरै अपेक्षा नगरौ

आमाबाबुले एकल बच्चाको बारेमा धेरै

उच्च अपेक्षा राख्ने गर्दैन् । यस्तो

अवस्थामा उनीहरूले सानो गल्ती गर्दा

पनि बच्चा दबावमा आउँछ र

आत्मविश्वास गुमाउन थाल्छ । त्यसैले

बच्चाबाट उच्च अपेक्षा राख्नु हुँदैन ।



बच्चाले गल्तीबाट मात्र सिक्छ र यो

उसको अधिकार पनि हो ।

उमेर अनुसारको व्यवहार गरौ

एकल बच्चाको मानसिकता भुझेको

उसको उमेरअनुसार व्यवहार गर्नुपर्छ ।

आफ्नो कारण अभिभावक सबै खुसी

हुन् भन्ने चाहना बालबालिकाको

हुन्छ । तर अभिभावकले भने बच्चाको

सानो सानो गल्तीमा पनि उनीहरूलाई

गाली गर्ने गर्दैन् । यसले बच्चामा

आत्मद्वेषको भावना विकास हुन

थाल्छ । यो नकारात्मक भावनाले

बच्चा र अभिभावकबीचको सम्बन्धलाई

विग्राहन सक्छ । त्यसैले अभिभावकले

बच्चालाई उमेर अनुसार उपयुक्त निर्णय

गर्न, जिम्मेवारी लिन र समस्या हल

गर्नमा महत गर्नुपर्छ ।

बच्चाको हरेक इच्छा पूरा नगरौ

आमाबाबुले आफ्नो एको सन्तानलाई

यति धेरै माया गर्दैन् कि उसको हरेक

इच्छा पूरा गर्दैन् । बच्चाले जे चाहेको

छ, त्यो पूरा गरिदिन जरुरी छैन ।

किनभने बच्चालाई थाहा हुँदैन, आफूले

मार्गो कुरा कुरा उचित छ कि छैन ।

बच्चाले भनेको हरेक कुरा पूरा गरिदियो

भने उनीहरूमा गलत मनोविज्ञान विकास

हुन्छ । जसले गर्दा पर्छ उनीहरू जिद्दी,

कुरा नबुझ्ने, अटेरी हुन पुर्छन् ।

आफ्नो इच्छा बच्चामा नथोपरौ

धेरै पटक यस्तो पनि देखिन्छ कि

आमाबाबुले एकल बच्चामा आफ्नो इच्छा

थोपन थाल्छन् । जस्तो बच्चालाई

डाक्टर बनाउने, इन्जिनियर बनाउने

चाहना राख्नुपर्छ । सन्तानको माध्यमबाट

आफ्ना सबै इच्छा पूरा गर्न चाहन्छन् ।

यो लक्ष्य हासिल गर्ने प्रयासमा उनीहरूको

सबै स्वतन्त्रता खोसिन्छ र बच्चाहरू

एकल महसुस गर्न थाल्छन् । त्यसैले

बच्चालाई आफ्नो इच्छाअनुसार बनाउन

चाहने भन्दा पनि उनीहरू के चाहन्छन् ।

बच्चालाई आफ्नो इच्छा पर्न अरुको

भर पर्नुपर्छैन । साथै बालबालिकाको

स्वाधीनता र आत्मविश्वास बढाउन

पनि सहयोग गर्नुपर्छ ।

बच्चाबाट धेरै अपेक्षा नगरौ

आमाबाबुले एकल बच्चाको बारेमा धेरै

उच्च अपेक्षा राख्ने गर्दैन् । यस्तो

अवस्थामा उनीहरूले सानो गल्ती गर्दा

पनि बच्चा दबावमा आउँछ र

आत्मविश्वास गुमाउन थाल्छ । त्यसैले

बच्चालाई अपेक्षा राख्नु हुँदैन ।

आवश्यकता भन्दा बढी सुविधा नदिउँ

आमाबाबुले एकल बच्चालाई हरेक सुविधा

दिने प्रयास गर्दैन् । आफ्ना

छोराछोरीलाई खुसी बनाउन क्षमता भन्दा

बढी खर्च गर्दैन् । आफ्ना एक मात्र

हुन् भन्ने चाहना बालबालिकाको

हुन्छ । तर अभिभावकले भावणा

हुन्छ । यो रोगमा कुरै पनि कुरामा

उत्साह हुँदैन, मन उदास रहन्छ, रिस

उच्छ, निद्रा लाग्दैन, ऊर्जाको स्तर

कम रहन्छ । त्यसैले यस्तो समस्या

देखिन्छ तरीको जिन्नहाँस्त्र

हुन्छ । यो रोगमा कुरै पनि कुरामा

उत्साह हुँदैन । साथै उनीहरूले

क्षमताको लक्षण देखिन्छ ।

बच्चालाई आवश्यकता भन्दा सक्छन्

आमाबाबुले आफ्नो एकल बच्चालाई

सुविधा भन्ने चाहना रहन्छ । यो रोगमा

कुरै पनि कुरामा उनीहरूले बढ़ाउने

