

वयात येताना....

(हळव्या झोपाळयावाचून झुलायला वयातल्या मुलींचे मानसिक हेलकावे खूप टोकाचे असतात. पालक-शिक्षकांनी त्याकडे बारकाईनं लक्ष देण्याची गरज असते.)

(मुलीला माणूस म्हणून वाढवता वाढवताच तीचं 'मुलगी' असणंही लक्षात ठेवूया, म्हणजे तीचं प्रेमात पडणं, वितंडवाद घालणं, तासन्-तास गप्पा मारणं आपल्याला समजेल. तिला घरात डांबून ठेवणं 'सातच्या आत घरात' सारखी बंधने तिच्यावर घालणं म्हणजे मुलगी वाढवणं नव्हे. तिला घरात पुरेसे प्रेम देणं, विश्वास निर्माण करणं, वेगवेगळे धोके समजावून देणं, चुकलं तर पाठीशी उभं राहणं हे जास्त महत्वाचं मानूया. शरीरापेक्षा आरोग्य, सौंदर्यापेक्षा व्यक्तिमत्व महत्वाचं ठरवूया; मित्राची जात नि रूप बघण्यापेक्षा त्याचा स्वभाव, त्याची पात्रता बघूया.)

वयात येणं ही एक प्रक्रिया आहे; तो एक क्षण नव्हे, मुलगा आणि मुलगी दोघांसाठी 'वयात येणं' ही संकल्पना सारखीच असली, तरी त्यावरच्या घरातल्या आणि समाजातल्या प्रतिक्रिया मात्र वेगळ्या असतात. आपल्याकडे, विशेषतः मध्यमवर्गीय घरांमध्ये मुलगा आणि मुलगी यांच्या वयात येण्याच्या काळात मुलीकडे, तिच्या वयात येण्याकडे जरा जास्त लक्ष दिले जाते. आजच्या जगतिकीकरणाच्या काळात सॅनिटरी नॅपकिन्सच्या जाहिरातीसाठी का होईना थोडे लैंगिक शिक्षण(!) देणाऱ्या परदेशी कंपन्यांची संख्या वाढली आहे.

मुलगी वयात येणं, म्हणजे तिची पाळी येणं असं समीकरण, धरलं जातं, प्रत्यक्षात पाळी येणं म्हणजे (बहुतांशीपणे) ती आई होण्यायोग्य होणं असं आपण सर्वसामान्यपणे म्हणू शकतो. वयात येण्यामधली ती एक महत्वाची शारीरिक बजू आहे. पण मानसिक बदलांचं काय? या हळव्या, झोपाळयावाचून झुलायच्या वयात, विशेषतः मुलींच्या मनाचे हेलकावे खूप टोकाचे असतात. पालक-शिक्षकांनी त्याकडे जरा जास्त लक्ष द्यायला हवं.

या वयात मुली सुंदर दिसायला लागतात. त्यांची शरीरं आकार घ्यायला लागतात. रस्त्यातून जाताना आपल्या १५-१६ वर्षांच्या मुलीकडे बघणारे पुरुष बघून आयांच्या पोटात बाकबुक व्हायला लागतं. मुलीचे मित्र वाढायला लागतात, कपडे आणि इतर अॅक्सेसरीजचे ढीग जमायला लागतात. बिनधास्तपणा, आईशी सततचा वितंडवाद आणि बाबांशी पक्की दोस्ती

श्रीमती. मनीषा सबनीस

संपर्क : +९१-९८८१२५३८८३

www.manthanskillsdeveloper.com

<https://www.facebook.com/Manthan-Skills-Developer-1166722530037305/>

असं काहीसं व्हायला लागतं. बाबांच्या, भावाच्या, त्यांच्या घरातल्या वागण्यामधून कळत-नकळत पुरुषाबद्दलच्या तिच्या संकल्पना स्पष्ट होत जातात. आई-वडिलांचे एकमेकांशी असलेले नातेसंबंध तिच्या मनात 'पती-पत्नी' च्या नात्याचे रोल-मॉडेल व्हायला लागतात. म्हणून या वयातल्या मुलींच्या पालकांचे एकमेकांशी असलेले संबंधही मुलींच्या मानसिक आरोग्याशी निगडित असतात.

मुलींच्या वयात येण्याचा, तिच्या सुंदर दिसण्याचा अभिमान, आनंद, कौतुक तर असतंच एका बाजूला, पण दुसऱ्या बाजूला वाटायला लागते चिंता, 'कोणी फसवणार तर नाही?', नको त्या वयात प्रेमात तर पडणार नाही? हल्लीचं जग हे असं, आपण पेपरमध्ये वाचतोच की रोज! कसं सांभाळायचं, कसं जपायचं हे उमलतं तारुण्य आपण आपल्या घरात? एक ना दोन, भाराभर चिंता आपल्याला, विशेषतः आयांना काळजीत टाकतात.

या सगळ्या काळज्या, खोट्या मुळीच नाहीत, पण त्यांची 'गॅव्हिटी' आपल्याला वाटते तेवढी नाही. या वयातल्या मुलींना आपल्याला मित्र असणं आवडतं, पण त्यासाठी स्वतःहून मैत्रीचा हात पुढे करणं जरा कठीण जातं. मुलाचं मागं लागणंही आवडतं, पण कुठेतरी थोडं घाबरवतंही. याच वयात मुला-मुलींची निकोप मैत्रीही जुळते नि आयुष्यभरासाठी खरा-खुरा मित्रही मिळून जाऊ शकतो.

मुली प्रेमात पडतात. त्या वयात त्यांना जे प्रेम वाटतं, ते बहुतेक, वेळा आकर्षण असतं, प्रेम आणि आकर्षणामधला फरक, प्रेम आणि लग्न (म्हणजे आयुष्यभराचं एकत्र असणं) यातले फरक बोलता-बोलता, एखाद्या घटना/प्रसंगाच्या निमित्ताने त्यांना सांगत राहायला हवेत.

डॉ.विठल प्रभू यांनी म्हटल्याप्रमाणे, प्रेम आणि आकर्षणामधले फरक-

प्रेम

- सावकाश बसते.
- विचारपूर्वक केले जाते.
- आत्मीयता जास्त असते.
- त्याग, क्षमाशीलता, समजूतदारपणा असतो.

श्रीमती. मनीषा सबनीस

संपर्क : +९१-९८८१२५३८८३

www.manthanskillsdeveloper.com

<https://www.facebook.com/Manthan-Skills-Developer-1166722530037305/>

- व्यक्तीच्या अनेक गुणांचा विचार केला जातो.
- बुद्धीपुरस्सर केले जाते.
आकर्षण
- चटकन वाटते.
- विचार नसतो.
- कौतूक जास्त असते.
- स्वार्थ, 'मी' पणा असतो. क्षमा नसते.
- एखाद्याच पैलूवर खूश होऊन निर्माण होते.
- फक्त भावनेचा वरचष्मा असतो.

मुलींना हे फरक त्या वयात लक्षात येणं कदाचित शक्य नसतं, तेवढी वैचारिक परिपक्वता कदाचित त्यांच्यात नसेल, पण पालक म्हणून आपण त्यांच्या मैत्रीकडे डोळसपणे बघायला हवं.

एखाद्या मुलाची संगत आपल्या मुलीला आवडत नसेल, तर ते त्याला सांगण्याची पद्धत व्यवस्थित हवी. नकाराचा स्वीकार करायला मुलांना सवय लावायला हवी, तशीच मुलाचं माणूसपण सांभाळून त्याला नकार द्यायची पद्धतही मुलींना सांगायला हवी. इंग्रजीत म्हणतात तस 'हाउ टू से नो इज अँन आर्ट'.

मुलींना व्यक्त व्हायला, विशेषतः बोलणं आवडतं, त्यांना बोलू द्या. सतत नि खूप बोलू दे. त्या बोलतात ते सगळं अत्यंत खरं मनापासून, आयुष्यावर परिणाम करणारं वगैरे नसून अगदी तत्कालीक असतं. बदलत असतं. त्यामुळे त्यांचे विचार कळतात, काही थोडे इकडे तिकडे चुकतायत असं वाटलं तर रस्ता दाखवता येतो. इतकंच!

मुलींच्या कपडे-दागिन्यांच्या बाबतीतही त्यांना हे सांगायला हवं की पोशाख आणि एकूणच देहबोलीमधून, मग ते थेट किंवा छुपेपणाने शरीर प्रदर्शन असो किंवा विभ्रम, लाडेलाडे बोलणं असो, तुम्ही स्वतःला फक्त स्त्री- शरीर/देखणी बाहुली म्हणून प्रेझेंट करणार असाल तर त्याला समाजाकडून येणाऱ्या प्रतिक्रियाही तशाच असणार. साडीतून बाहेर दिसणारा पेटिकोट जर चालत नाही तर लो वेस्ट जीन्समधून दिसणारी अंतर्वस्त्रची फॅशन कशी चालेल?

श्रीमती. मनीषा सबनीस

संपर्क : +९१-९८८१२५३८८३

www.manthanskillsdeveloper.com

<https://www.facebook.com/Manthan-Skills-Developer-1166722530037305/>

तुम्हाला समाजाकडून एक व्यक्ती म्हणून ओळख हवी असेल तर तुम्ही स्वतःला तसंच प्रेझेंट करायला हवं. त्यासाठी पोशाखइतकीच महत्वाचं असते तुमची बहुश्रुतता, तुमचं वाचन, तुमचा स्वभाव, तुमचा समजूतदारपणा, तुमची हुशारी असं बरेच काही.

आता चॉईस तुमचाच आहे. आजही मुलीच्या बाह्यरूपाला थोडं अवाजवी महत्व आहे. जे तीचं 'मादी'पण/ वस्तू'पण अधोरेखित करतं. पालक म्हणून हे टाळण्यासाठी आपण मुलींच्या रंगारूपाची/ जाड्या-बारीक असण्याची/ त्याचा संबंध फक्त लग्नाशी लावण्याची (एवढी सुंदर आहे, वाटेवरचा चोरही उचलून नेईल. रूप बघितलं ना काय आहे? कोण हिला पत्करणार देव जाणे, इ.) चर्चा पूर्णपणे थांबविली पाहिजे.

तिच्या संपूर्ण व्यक्तिमत्व विकासाची, शरीरांतर्गत आरोग्याची काळजी घेतली पाहिजे. चौरस आहाराकडे लक्ष देणं फार महत्वाचं आहे. सर्वांगीण शारीरिक विकासासाठी एखाद्या दमछाक करणाऱ्या खेळाचीसुद्धा मुलींना गरज आहे.

मुलींना माणूस म्हणून वाढवता वाढवताच तिचं 'मुलगी' असणंही लक्षात ठेवू या. म्हणजे तिचं प्रेमात पडणं, वितंडवाद घालणं, तासान्-तास गप्पा मारणं आपल्याला समजेल. तिला घरात डांबून ठेवणं 'सातच्या आत घरात' सारखे नियम घालणं, तिच्या एक्स्ट्रा करिक्युलर, ऑक्टिव्हिटी बंद करणं म्हणजे मुलगी वाढवणं नव्हे. घरात पुरेसं प्रेम देणं, विश्वास निर्माण करणं, वेगवेगळे धोके समजावून देणं, चुकलं तर पाठीशी उभं राहणं हे जास्त महत्वाचं मानू या. शरीरापेक्षा आरोग्य, सौंदर्यापेक्षा व्यक्तिमत्व महत्वाचं ठरू दे. मित्राची जात नि रूप बघण्यापेक्षा त्याचा स्वभाव, त्याची पात्रता बघू या, स्त्रीवर येऊ शकणाऱ्या जबाबदारीची, मानसिक गुंतवणुकीमुळे येणाऱ्या ताणांची तिला स्पष्ट शब्दात कल्पना देऊ या. स्वतःला शक्य नसेल तर त्यासाठी मराठीमध्ये अनेक उत्तम पुस्तक तुम्हाला मदत करू शकतील.

नको ते स्पर्श, नको ते शब्द यामुळे स्वतःला अपराधित्व येणं/भीती याऐवजी अशी कृती करणाऱ्या या भावनांचा मालक असायला हवा, याची खात्री करून द्या. त्याचा सौम्य, पण ठाम विरोध करायला शिकवा. शेवटी योनिशुचिता म्हणजे चारित्र्य नव्हे आणि प्रेमाची परिणती लग्नात होणं हा नियम नव्हे.

श्रीमती. मनीषा सबनीस

संपर्क : +९१-९८८१२५३८८३

www.manthanskillsdeveloper.com

<https://www.facebook.com/Manthan-Skills-Developer-1166722530037305/>

मुलगी हे परक्याचं धन, पदरातला निखारा या कल्पना आता सुशिक्षित मध्यमवर्गात जरा कमी झाल्या असल्या तरी मुलीला एक माणूस म्हणून, स्वतंत्र, स्वयंपूर्ण व्यक्ती म्हणून वाढविण्याची कल्पना अजूनही फारशी रुजलेली नाही. महिला सक्षमीकरणाच्या या दिवसात आई म्हणून आपण आपल्या क्षमता मुलींच्या सर्व क्षमतांच्या विकासासाठी वापरू या.

श्रीमती. मनीषा सबनीस

संपर्क : +९१-९८८१२५३८८३

www.manthanskillsdeveloper.com

<https://www.facebook.com/Manthan-Skills-Developer-1166722530037305/>