તરુણાવસ્થા અને યોગ્ય માર્ગદર્શન

વિષ્ણુભાઈ વી.શ્રીમાળી
વિ.સ.ખિમાણાવાસ પે.કે.શાળા,
તા.વાવ, જિ.બ.કાં.

૧. પ્રસ્તાવના

માનવીના વિકાસના તબકકાઓમાં બાલ્યાવસ્થા, શિશુ અવસ્થા, કુમારાવસ્થા, તરુણાવસ્થા, યુવાવસ્થા, પ્રૌઢ અવસ્થા અને વૃધ્ધાવસ્થા છે. આ તબકકાઓ પોતાનું આગવા વિશિષ્ટ લક્ષણો ધરાવે છે. આ તમામ તબકકાઓમાં તરુણાવસ્થાનું પોતાનું આગવું મહત્વ છે.

૨. તરુણાવસ્થા એટલે શું ?

માનવીના વિકાસના તબકકાઓમાં તરુણાવસ્થા આગવું અને વિશિષ્ટ મહત્વ ધરાવે છે. તરુણાવસ્થાએ જીવનની વસંત છે. આ અવસ્થા એ જીવનનો એક એવો તબકકો છે કે જયારે માનવી નથી હોતો બાળક કે નથી હોતો યુવાન.

તરુણાવસ્થાનો તબકકો ૧૩ થી ૧૮ વર્ષનો છે. પરંતુ વાતાવરણની અસરને પરિણામે કયાંક બાળક ૧૧ વર્ષનું હોય ત્યારથી જ તેનામાં તરુણ કે તરુણીના લક્ષણો જોવા મળે છે. સામાન્ય રીતે કુમાર અવસ્થાના અંતિમ તબકકામાં જ તરુણાવસ્થાની શરૂઆત થઈ જાય છે.

તરુણાવસ્થામાં તરુણ–તરુણીઓમાં એક અભૂતપૂર્વ ફેરફાર જોવા મળે છે અને તેને પરિણામે તેઓ મૂંઝવણ અનુભવે છે. તેઓના શારીરિક વિકાસમાં ફેરફારો જોવા મળે છે. તરુણોને મૂંછ ઉગવાની શરૂઆત થાય છે, પ્રસ્વેદ ગ્રંથિઓ સક્રિય બને છે, જનન અંગોનો વિકાસ થાય છે, છાતી પુષ્ટ બને છે તો તરુણીઓમાં પણ આવા લક્ષણો જોવા મળે છે. તેઓ સ્ત્રીત્વ ધારણ કરે છે અને માતા બનવા સક્ષમ બને છે. આવા જ શારીરિક ફેરફારોને પરિણામે તેઓ મૂંઝવણ અનુભવે છે. તરુણ–તરુણીઓ વિજાતીય વ્યકિત પ્રત્યે આકર્ષણ અનુભવે છે અને સતત પોતાના મનોરાજયમાં રાચતા જોવા મળે છે. તેને પરિણામે કયારેક ઘરમાં માતા–પિતા સાથે કલહમાં ઉતરે છે. કયારેક ઘરના સભ્યો સાથે વિદ્રોહ કરે છે. ઘરને છોડીને ભાગી જવું સુધીના પગલા પણ ભરતા હોય છે. આવા સમયે તરુણ–તરુણીઓને જો યોગ્ય માર્ગદર્શન કે સલાહ મળી રહે તો તેઓ અયોગ્ય પગલું ભરતા બચી શકે છે અને તેમની જિંદગીને બરબાદ થતી બચાવી શકાય છે.

૩. તરુણાવસ્થામાં તરુણ–તરુણીઓને યોગ્ય માર્ગદર્શન :

- તરુણાવસ્થામાં પહોંચલા તરુણ–તરુણીઓને તેમના માતાપિતા દ્વારા યોગ્ય માર્ગદર્શન આપવામાં આવે તો તરુણાવસ્થા ખરા અર્થમાં જીવનની વસંત બની રહે છે અને આ માટે ઘરમાંથી યોગ્ય સલાહ અને માર્ગદર્શનની જરૂરીયાત છે.
- તરુણીને માતાને તરુણને પિતા દ્વારા યોગ્ય માર્ગદર્શન આપવામાં આવે તે જરૂરી છે અને આ કાર્ય બાળક કુમાર અવસ્થાના અંતિમ તબકકામાં હોય ત્યારે જ આપવું જોઈએ.

- શાળાઓમાં બાળકોને યોગ્ય ચિત્ર, ફિલ્માંકન દ્વારા તરુણાવસ્થામાં આવતા ફેરફારો વિશે સમજ પૂરી પાડવી જોઈએ અને તેનાથી ડરવાની, ગભરાવાની કે મૂંઝવણ અનુભવવાની જરૂર નથી તેની યોગ્ય સમજ પૂરી પાડવી જોઈએ.
- શાળાઓમાં તરુણોને શિક્ષક સહાયક દ્વારા અને તરુણીઓને શિક્ષિકા બહેનો દ્વારા યોગ્ય તાલીમ અને માર્ગદર્શન પૂરું પાડવું જોઈએ.
- તરુણાવસ્થામાં રહેલા પોતાના બાળકો માટે માતાપિતાએ મિત્ર બનીને વ્યવહાર કરવો જોઈએ. ખરાબ મિત્રોની સંગત ન કરે તેનું ધ્યાન રાખવું જોઈએ.
- તરુણાવસ્થામાં બાળકો કોઈ ખરાબ સંગત જેવી કે ધ્રુમપાન, કેફી દ્રવ્યોનું સેવન ન કરે તેનું ધ્યાન રાખવું જોઈએ.
- તરુણાવસ્થામાં રહેલ તરુણ–તરુણીઓ જો મોબાઈલનો સતત ઉપયોગ કરતા હોય તો તે કયા કાર્ય માટે તેનો ઉપયોગ કરે છે તેની જાગૃત માતાપિતા તરીકે તકેદારી રાખવી જોઈએ.
- મોબાઈલ પર ઈન્ટરનેટનો સતત ઉપયોગ ન કરે, ઉપયોગ કરે છે તો કઈ સાઈટનો વધુ ઉપયોગ કરે છે તેની તકેદારી રાખવી જોઈએ. કારણ કે ઈન્ટરનેટ પર અભ્યાસ સિવાયની ઘણી બધી એવી સાઈટ પણ છે કે જ્યાં બિનજરૂરી માહિતી અને અશ્લિલ સાહિત્ય હોય છે.
- તરુણાવસ્થામાં કુટુંબ સામે વિદ્રોહ ઉત્પન્ન કરનાર તરુણ–તરુણીને માતાપિતા દ્વારા યોગ્ય સમજ આપવી જોઈએ. જરૂર જણાય તો યોગ્ય મનોવૈજ્ઞાનિકની સલાહ પણ મેળવવી જોઈએ.
- તરુણાવસ્થામાં રહેલ તરુણ–તરુણીઓને મહાપુરુષના ચરિત્રોની વાંચન સામગ્રી પૂરી પાડવી જોઈએ. જેથી કરીને તેમનામાં યોગ્ય વિચારસરણીનો વિકાસ થાય. મહાપુરુષોના જીવનમાં તેમણે વિકાસાવેલ સારી ટેવો અને ગુણોનો વિકાસ થાય.
- બાળકો કુમાર અવસ્થામાં હોય ત્યારે યોગ્ય નીતિ વિષયક, ઉત્તમ ચરિત્રોની વાર્તા સંભાળવવી જોઈએ. જેથી કરીને બાળકોમાં યોગ્ય નૈતિક ગુણોનો વિકાસ થાય અને ચારિત્ર્યવાન બને.
- તરુણાવસ્થામાં તરુણ–તરુણીઓ અભ્યાસ પ્રત્યે યોગ્ય તકેદારી આપે તેનું પણ ધ્યાન રાખવું જોઈએ.

૪. નિષ્કર્ષ

આમ તરુણાવસ્થામાં બાળકોને યોગ્ય માર્ગદર્શન પૂરું પાડવામાં આવે તો આ અવસ્થા બાળકો માટે ખરા અર્થમાં જીવનની વસંત બની રહે અને તેના આવનારા જીવનને વસંતના ફૂલોથી સુવાસિત કરી શકે.