'पौगंडावस्था' म्हणजे काय?

'पौगंडावस्था किंवा कुमारवय' म्हणजे बाल्यावस्थेपासून प्रौढत्वापर्यंतचा प्रवास! प्रत्येकाच्या आयुष्यातील हा कालखंड फार नाजूक आणि महत्वाचा असतो.

मुला–मुलींमध्ये काही षारिरीक आणि त्यान्वये काही मानसिक बदल होत असल्याने ते भांबावलेले असतात. काही जण अतिषय षांतपणे आणि सुरळीतपणे हे बदल स्वीकारतात तर काही जण बंड पुकारतात, कोणाविरूद्ध आणि कषाविरूद्ध हे त्यांनाही कळत नाही.

ही 'पौगंडावस्था' म्हणजे 13 ते 19 या वयातील काळ होय (10–21 वर्षे वयोगट सुद्धा यात धरता येईल). पौगंडावस्थेतील विकासाच्या तीन अवस्था आहेत. प्रारंभीच्या काळात (10 ते 13 वर्षे) वैषयिक उत्सुकता (Sexual Curiosity) असते. मधल्या काळात (14 ते 17 वर्षे) भावनात्मक पातळीवर स्वतःच्या अस्मितेबद्दल गोंधळ माजलेला असतो (Emotional Turmoil & Identity Crisis). या वयात मित्र–मैत्रिणींमध्ये राहणे जास्त आवडते. तसेच स्वातंत्र्य व स्वैरपणा यामध्ये युद्ध सुरू असते. त्यामुळे या अवस्थेला 'फिरत्या रंगमचांवर नृत्य षिकण्याची' उपमा दिली गेली आहे.

शेवटाच्या काळात (18 ते 21 वर्षे) पुरेषी समज आलेली असते. स्वतःसाठी चांगले काय, वाईट काय याची जाणीव व्हायला लागते, आणि स्वातंत्र्यांने स्वैराचारावर मात केली जाते (Establishment of Independence & Identity).

काही जणांमध्ये पौगंडावस्थेतील बदल जरा लवकर दिसू लागतात (Early Bloomers), अषी मुलं मोठयांमध्ये स्थान मिळवू पाहतात, प्रौढ सुलभ व्यवहार करू पाहतात. तर काहींमध्ये हे बदल थोडे उषिरा घडून येतात (Late Bloomers), ते मात्र स्वतःबद्दल नकारात्मक विचार करू लागतात, स्वतःचा तिरस्कार करू लागतात. तसेच हे बदल मुलांमध्ये त्यांच्या वयाच्या मुलींपेक्षा एक ते दोन वर्ष उषिरा होतात त्यामुळे ती मुलं बुजतात. कधी कधी हा बुजरेपणा इतका वाढत जातो की ही मुलं कुणाषी बोलेनाषी होतात, चिडचिड करू लागतात किंवा भांडखोर होतात.

ह्या काळात होणारे अषाप्रकारचे मानसिक बदल, ह्या मुलांचे विचित्र वागणे, सांगूनही समजून न घेणे, इत्यादींमुळे आई–वडिल त्रस्त होऊ लागतात. आणि मग आई–वडिल आणि मुलांमध्ये संघर्ष सुरू होतो. हा संघर्ष टाळण्याचा प्रयत्न करूनही टाळल्या जात नाही आणि मुलांची नकारात्मक वागणूक वाढू लागते ज्याला Negativism म्हणतात. याबरोबरच अजूनही काही मुददयांवर संघर्ष सुरू असतो ते म्हणजे, सौंदर्याची सापेक्षता, विभूतिपूजा, फॅषन, अभ्यासात मागे पडणे, वाईट संगतीला लागणे, हिंसात्मक वागणे इत्यादी.

(क्रमषः)

डॉ. सौ. प्राजक्ता कडूसकर, लक्ष्मी नगर, नागपूर.