

ಕೊರೊನಾದಿಂದಾಗಿ ಮಕ್ಕಳ ಮಾನಸಿಕ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಬಹಳಷ್ಟು ಏರುಪೇರಾಗಿದೆ. ಶಾಲೆಗೆ ಹೋಗದೆ ಮನೆಯಲ್ಲೇ ಇದ್ದು, ಏಕಾಗ್ರತೆ ಕೊರತೆ, ಖಿನ್ನತೆ ಆವರಿಸಿದ್ದರೆ, ಶಾಲೆ ಶುರುವಾಗಿ ಪರೀಕ್ಷೆ ಸಮೀಪಿಸುತ್ತಿದ್ದಂತೆ 'ಕಡಿಮೆ ಅಂಕ' ಬಂದರೆ..? ಎಂಬ ಹೊಸ ಕಾಯಿಲೆ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಮತ್ತಷ್ಟು ಆತಂಕಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಿಸಿದೆ.

■ ಡಾ. ಕೆ.ಎಸ್. ಪವಿತ್ರ

ಗಣಿತಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಕಲಿಕೆಯ ಅಸಮರ್ಥತೆಯಾಗಲಿ ಕಂಡುಬರುವುದು ಶೇ. 5 ರಿಂದ 10 ರಷ್ಟು ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ. ಆದರೆ ಉಳಿದ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿಯೂ ಮೆದುಳುಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿಯ ಪ್ರಮಾಣ ಸರಿಯಾಗಿಯೇ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಾಗಿದ್ದರೂ, ಕಲಿಕೆಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಕಂಡುಬರುತ್ತವೆ ಎನ್ನುವುದು ಗಮನಾರ್ಹ. ಅಂದರೆ ಕಲಿಕೆಯ ಕೇಂದ್ರಗಳಾದ ಶಾಲೆಗಳು ಈ ಬಗ್ಗೆ ಗಮನ ಹರಿಸಬೇಕಾದ್ದು ಅಗತ್ಯ. ಹಾಗೆಯೇ ಅಪ್ಪ ಅಮ್ಮಂದಿರೂ ಮಕ್ಕಳ 'ಅಂಕಗಳ' ಹಿಂದೆ ಇರುವ ಅಂಶಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಅವಲೋಕಿಸಿ ನೋಡುವುದು ಅತ್ಯವಶ್ಯ.

ಕಲಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಅಡಕವಾಗಿರುವ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಅಂಶಗಳೂ ಕೂಡ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ 'ಕಡಿಮೆ ಅಂಕ' ಗಳನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸುವಾಗ ಬಹು ಮುಖ್ಯ. ದಿನಪೂರ್ತಿ ಓದಿದರೂ, ಅಂಕಗಳು ಬಾರದಿರುವುದು, ಚೆನ್ನಾಗಿ ಅಂಕಗಳನ್ನು ತೆಗೆದು ಓದಿನಲ್ಲಿ ಮುಂದಿದ್ದ ಮಗು ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ಕಡಿಮೆ ಅಂಕಗಳನ್ನು ತೆಗೆದು ಹಿಂದೆ ಬಿಳುವುದು, ಇಂಥ ಪ್ರಕರಣಗಳಲ್ಲಿ ಮಗುವಿನ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿ ಗಮನಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಕೋವಿಡ್ ಈ ಬಗ್ಗೆ ತಂದಿಟ್ಟಿರುವ ಸವಾಲುಗಳು ಅನೇಕ. ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಅಜ್ಜ/ಅಜ್ಜಿ/ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅಪ್ಪ/ಅಮ್ಮಂದಿರ ಸಾವು, ಅದರ ಶೋಕದಿಂದ ಮಗು ಹೊರಬರದಿರುವುದು; ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಓದು ಆರಂಭವಾಗಿದ್ದರೂ, ಆಟ ಇತರ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ನಡೆಸಲು ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಅನುಮತಿಸದಿರುವುದು, ಅದರಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ಏಕತಾನತೆ; ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸದ ಕೊರತೆ; ತಪ್ಪು ಮಾಡಿಬಿಡಬಹುದು, ಕಡಿಮೆ ಅಂಕ ಬಂದರೆ ಎಂಬ ಭಯ; ಇವು ಭಾವನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಕುಗ್ಗಿಸುತ್ತವೆ. ಸಹಜವಾಗಿ ಮಕ್ಕಳು ಓದುವಾಗ, ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಕಲಿಯುವಾಗ ಏಕಾಗ್ರತೆ ಮತ್ತು ಗ್ರಹಣ ಶಕ್ತಿಗಳು ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಂದ ಕುಗ್ಗುತ್ತವೆ. 'ಕಡಿಮೆ ಅಂಕಗಳು' ಎಂಬ ಕಾಯಿಲೆಯ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಅವು ಪ್ರಕಟಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. 'ಕಡಿಮೆ ಅಂಕಗಳು' ಎಂಬ ಕಾಯಿಲೆಗೆ ಅಪ್ಪ ಅಮ್ಮ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಗಮನಿಸದಿರುವ ಇನ್ನೊಂದು ಕಾರಣವೆಂದರೆ ಕಣ್ಣಿನ ದೋಷ. ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಈ ಹಿಂದೆಯೂ ದೃಷ್ಟಿದೋಷದ ಸಮಸ್ಯೆ ಸಾಮಾನ್ಯವೇ ಆಗಿತ್ತು. ಆದರೆ ಕೋವಿಡ್ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಅತಿಯಾದ 'ಸ್ಟೀನ್ ಟೈಂ' ಮತ್ತು ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುವ ಭಂಗಿಯ ದೋಷಗಳು, ಅಪೌಷ್ಟಿಕತೆ, ಹತ್ತಿರ ಹಿಡಿದು ಓದುವುದು, ಮಸುಕಾದ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಮೊಬೈಲ್ ತೆರೆ ಯ ನ್ನು

ಹತ್ತಿರ ಹಿಡಿದು ನೋಡುವುದು ಇವುಗಳಿಂದ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ದೃಷ್ಟಿದೋಷದ ಪ್ರಮಾಣ ಆತಂಕಕಾರಿಯಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಿದೆ.

ದೃಷ್ಟಿದೋಷವನ್ನು ಸಕಾಲಕ್ಕೆ ಕಂಡುಹಿಡಿದು, ಸರಿಪಡಿಸುವುದು 'ಕಡಿಮೆ ಅಂಕ' ಎಂಬ ಕಾಯಿಲೆ ಯನ್ನು 'ದಿಫೀರ್' ಎಂದು ಗುಣಪಡಿಸಬಹುದು. ಆದರೆ ಎಷ್ಟೋ ಬಾರಿ ದೃಷ್ಟಿದೋಷವಿದೆ ಎಂದಾಗಲೂ, ಕನ್ನಡಕ ಹಾಕಿಕೊಳ್ಳಲು ಮಕ್ಕಳು ಒಪ್ಪದಿರಬಹುದು. ಸತತವಾಗಿ ಹಾಕಿ ಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಇಷ್ಟಪಡದಿರಬಹುದು. ಅಂಥ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಅಪ್ಪ ಅಮ್ಮ ತಾವೂ ಇರುವ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡು, ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿಹೇಳಿ, ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಮಾಡುವುದು ಸೂಕ್ತ.

ಕೋವಿಡ್ ನಂತರದ ಶಾಲಾ ಬದುಕಿಗೆ ಮಕ್ಕಳು ಮರಳುತ್ತಿರುವಾಗ ಅಪ್ಪ ಅಮ್ಮ ಕೆಲವು ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು. ಮಕ್ಕಳು 'ಶಾಲೆ ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ಮುಚ್ಚಿ ಬಿಡಲಿ; ಲಾಕಡೌನ್ ಮತ್ತೆ ಮಾಡಲಿ; ಮಳೆ ಬಂದು ಶಾಲೆಗೆ ರಜೆ ನೀಡಲಿ' ಇತ್ಯಾದಿ ಆಸೆಗಳನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಬಹುದು. ಆದರೆ ಆಗ ನಕ್ಕು ಸುಮ್ಮನಾಗಬೇಡಿ ಅಥವಾ ಎಷ್ಟು ಕೆಟ್ಟ ಬುದ್ಧಿ ಎಂದು ಬೈದುಬಿಡಬೇಡಿ. ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಓದಿ ಆನಂದವಾಗಿ, ಇತರ ಮಕ್ಕಳ ಜೊತೆ ಬೆರೆತು ನಡೆಯುವ ಬಗ್ಗೆ ಅವರ ಗಮನಸೆಳೆಯಿರಿ. ಮನೆಯಲ್ಲಿ ವಿರಾಮದ ಸಮಯ, ಓದುವ ಸಮಯ, ವ್ಯಾಯಾಮ, ಎಲ್ಲಕ್ಕೂ ಕೆಲವು ಕಾಲ, ಅಭ್ಯಾಸ ಬೆಳೆಯುವವರೆಗೆ ವೇಳಾಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಬರೆದು ಅನುಸರಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿ. ಕಡ್ಡಾಯವಾಗಿ ಹತ್ತನೇ ತರಗತಿಯವರೆಗೆ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಮೊಬೈಲ್ ನೀಡಬೇಡಿ. ಮನರಂಜನೆಗೆ ದೊಡ್ಡ ತೆರೆಯ ಸಾಧನವಾದ ಟಿವಿಯನ್ನೇ ಬಳಸಿ. ಆರ್ಥಿಕವಾಗಿ ನೀವು ಶಕ್ತರಾದರೆ ದೊಡ್ಡ ತೆರೆಯ ಕಂಪ್ಯೂಟರ್ ಅನ್ನು ಓದಿನ ವಿಷಯಗಳಿಗಾಗಿ ಕೊಂಡುಕೊಳ್ಳಿ. ಮಕ್ಕಳು ಅದನ್ನೇ ಉಪಯೋಗಿಸುವಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಸರಿಯಾಗಿ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುವ ಬಗ್ಗೆ, ಪುಸ್ತಕ/ತೆರೆ ದೂರವಿಟ್ಟು ನೋಡುವುದನ್ನು ಕುರಿತು, ಸರಿಯಾದ ಬೆಳಕು ಇವುಗಳ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ನೀವೂ ಪಾಲಿಸಿ, ಮಕ್ಕಳೂ ಪಾಲಿಸುವಂತೆ ಮಾಡಿ.

ಮಕ್ಕಳ 'ಕಡಿಮೆ ಅಂಕ'ಗಳು ಎಂಬ ಕಾಯಿಲೆಯಲ್ಲಿ ಅಪ್ಪ ಅಮ್ಮಂದಿರೂ ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅಪ್ಪ ಅಮ್ಮಂದಿರು 'ನಾವು ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ/ಎಲ್ಲ ಸೌಲಭ್ಯಗಳನ್ನೂ ನೀಡಿದ್ದೇವೆ, ಮಕ್ಕಳು ಓದಿ ತೋರಿಸಬೇಕು' ಎನ್ನುವ ಧೋರಣೆ ಅಂಕ ಗಳಿಕೆಗಾಗಲಿ, ಜೀವನಕ್ಕೆ ಆಗಲಿ ನಿರುಪಯುಕ್ತ. ಅದರ ಬದಲು 'ಅಂಕ ಗಳಿಕೆ ಹಾಗಿರಲಿ, ನಾವೂ ಶ್ರದ್ಧೆಯಿಂದ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ, ನಿನಗೆ ಹೇಗೆ ಮಾಡಬೇಕೆಂಬ ಶಿಸ್ತಿನ ದಾರಿಯ ಮಾದರಿ ತೋರಿಸುತ್ತೇವೆ' ಎಂಬ ಧೋರಣೆ ಕೇವಲ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಅಲ್ಲ; ಅಂಕ ಗಳಿಕೆಗೂ ಉಪಯುಕ್ತವೇ. ಇಂತಹ ಶಿಸ್ತಿನಿಂದ 'ಕಡಿಮೆ ಅಂಕ' ಎಂಬ ಕಾಯಿಲೆ ಮಾಯವಾಗುತ್ತದೆ! ■