ಪೋಷಕರೇ ನಿಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳ ಮಾನಸಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಅಸಹಜತೆ ಕಂಡು ಬರುತ್ತಿದೆಯೇ? ನಿಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಆತಂಕಗಳಿಗೆ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿ **ಡಾ.ಅ.ಶ್ರೀಧರ** ಅವರು ಉತ್ತರಿಸುತ್ತಾರೆ.

▸▸ ನನ್ನ ಮಗಳಿಗೆ ಈಗ ಮೂವತ್ತು ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸು. ಪದವೀಧರೆ. ಇನ್ನೂ ಮದುವೆಯಾಗಿಲ್ಲ. ಸ್ವಂತದೊಂದು ಉದ್ದಿಮೆಯನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತಿರುವ ಮೂವತ್ತೈದು ವರ್ಷದ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬರಿಂದ ಮದುವೆಯ ಪ್ರಸ್ತಾಪ ಬಂದಿದೆ. ಅವರಿಗೆ ಇದು ಎರಡನೆಯ ಮದುವೆ. ಮೊದಲನೆಯ ಹೆಂಡತಿ ತೀರಿಕೊಂಡಿದ್ದು ಅವರಿಗೀಗ ನಾಲ್ಕು ವರ್ಷದ ಹೆಣ್ಣು ಮಗುವಿದೆ. ನನ್ನ ಮಗಳಿಗೇನೋ ಮಕ್ಕಳೆಂದರೆ ಇಷ್ಟವೇ. ಆದುದರಿಂದ ತನ್ನದಲ್ಲದ ಮಗುವಿಗೆ ತಾಯಿಯಾಗಿರುತ್ತಾಳೆ ಎನ್ನುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ಸಂದೇಹವಿಲ್ಲ. ಈಗಾಗಲೇ ನಾಲ್ಕು ವರ್ಷವಾಗಿರುವ ಮಗುವನ್ನು ಸಾಕಿ, ಸಲಹುವುದಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷವಾದಂತಹ ತಿಳಿವಳಿಕೆ ಏನಾದರೂ ಇರಬೇಕೇ? ಆ ಹೆಣ್ಣು ಮಗುವು ನನ್ನ ಮಗಳನ್ನು ತಾಯಿ ಎಂದು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲದೆ? ಮತ್ತೆ ಇವರಿಬ್ಬರ ಸಂಬಂಧದಲ್ಲಿ ಸಹಜವೆನ್ನುವಂತಹ ತಾಯಿ– ಮಗಳ ವಾತ್ಸಲ್ಯ ಮೂಡಲು ಸಾಧ್ಯವೆ? ತಾಯಿ ಕಳೆದುಕೊಂಡಿರುವ ಈ ಮಗುವಿನ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಇಂತಹದೊಂದು ಸಂಬಂಧದಿಂದ ಮತ್ತಷ್ಟು ಗೊಂದಲಗಳು ಉಂಟಾಗಬಲ್ಲದೆ? ಅಂದರೆ ಮಗುವಿನ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ 'ಮಲತಾಯಿ' ಭಾವನೆ ಬರದಿರುವಂತೆ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವೆ? ದಯಮಾಡಿ ಸಲಹೆ ನೀಡಿ.

-ಶ್ರೀದೇವಿ, ಚಿಂತಾಮಣಿ

ಮದುವೆಯ ಮೂಲಕ ಅನೇಕ ಹೊಸ ಸಂಬಂಧಗಳು ಮೂಡುವುದು ಸಹಜ. ಮದುವೆಯೊಂದಿಗೆ ಮಗುವಿರುವ ಕುಟುಂಬವನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಮಗಳು ಸೇರುತ್ತಾಳೆ. ಹೊಸ ಕುಟುಂಬದ ಎರಡು ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವಗಳೊಂದಿಗೆ ಹೊಂದಿಕೊಂಡು ಹೋಗುವುದರತ್ತ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಲೇ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ವಯಸ್ಕ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಂದಿಗೆ ವಾತ್ಸಲ್ಯ, ವಿಶ್ವಾಸಗಳನ್ನು ಮೂಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಕಷ್ಟವಾಗದಿದ್ದರೂ ಸಣ್ಣ ಮಗುವಿನ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡು ಬೆಳೆಸುವುದಕ್ಕೆ ಕೆಲವೊಂದು ಮಾನಸಿಕ ಸಿದ್ಧತೆಯ ಅಗತ್ಯವಿರುತ್ತದೆ. ಹೊಸದಾಗಿ ಕುಟುಂಬವನ್ನು ಸೇರಿದ ತಕ್ಷಣದಿಂದಲೇ ಬೆಳೆಯುತ್ತಿರುವ ಮಗುವಿಗೆ ತಾಯಿಯಾಗಿ ವರ್ತಿಸಬೇಕಾಗುವುದು. ಈ ವರ್ತನೆಯೇ ತಾಯಿ– ಮಗಳ ನಡುವಿನ ಬಾಂಧವ್ಯಕ್ಕೆ ಕೊಂಡಿಯಾಗಬೇಕು. ಇಂತಹ ಸನ್ನಿವೇಶದಲ್ಲಿ ಮಗುವಿನ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಗೊಂದಲಗಳು ಇದ್ದೇ ಇರುವುದು. ತಾಯಿ ಕಳೆದುಕೊಂಡಿದ್ದರ ದುಃಖವು ಹೊಸ ರೀತಿಯ ಭಯ, ಆತಂಕಗಳನ್ನು ಮೂಡಿಸಿರುತ್ತದೆ. ಇದರ ಅಡ್ಡಪರಿಣಾಮವೇನೋ ಎನ್ನುವ ರೀತಿಯ ನಡೆನುಡಿಗಳು ಮಗುವಿನಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಇದರ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿಯೇ ಬಾಲ್ಯದಲ್ಲಿ ಸಹಜವಾಗಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಹಟಮಾರಿತನ, ಮೊಂಡುತನದ ವರ್ತನೆಗಳು ಇರಬಲ್ಲದು. ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಹಿಂದಿನ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಕಂಡಿದ್ದ ವಯಸ್ಕ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ರೀತಿ, ನೀತಿಗಳು ಹೊಸ ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿದ್ದರೂ ಮಗುವಿಗೆ ಅರ್ಥವಾಗದಿರಬಹುದು ಅಥವಾ ಅರ್ಥವಾಗುವುದಕ್ಕೆ ಸಮಯ ಹಿಡಿಯಬಹುದು. ಹಾಗೆಯೇ ವಯಸ್ಕ ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿಯೂ ಎಳೆಯ ಮಗುವೊಂದರ ಬೇಡಿಕೆ, ಬಯಕೆಗಳ ಉದ್ದೇಶ ತಿಳಿಯದೇ ಹೋಗಬಹುದು. ಬೆಳೆಯುವ ಮಗುವಿನ ಮಾನಸಿಕ ಮತ್ತು ಶಾರೀರಿಕ ಅಗತ್ಯಗಳೇನೆಂಬುದರ ಅರಿವು ಮೂಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಅಗತ್ಯ. ಸಂಯಮ, ಸಾವಧಾನದ ಮೂಲಕವೇ ಮಕ್ಕಳ ಅದೆಷ್ಟೋ ವರ್ತನೆಗಳ ಉದ್ದೇಶಗಳನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ಗ್ರಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ತಾಯಿ– ಮಗಳು ಎನ್ನುವಂತಹ ಬಾಂಧವ್ಯವು ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ಇರಲು ತಾಯಿಯ ಸಾಮಿಪ್ಯ, ಸಹಾನುಭೂತಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿಯೇ ಇರಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಮಗುವಿನಲ್ಲಿ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ಹೆಚ್ಚಿಸುವುದರತ್ತ ಹೆಚ್ಚು ಗಮನಕೊಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಸಣ್ಣ ಮಗುವಿನಲ್ಲಿ ಈಗಾಗಲೇ ಮೂಡಿರುವ ಶಿಸ್ತು, ಸಹಕಾರ, ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳ ರೀತಿಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಹೊಸ ವ್ಯಕ್ತಿ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಮಗುವಿನ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಗೆಲ್ಲುವಂತಹ ಕ್ರಿಯೆಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಹೊಣೆಗಾರಿಕೆ ಹಿರಿಯ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಸೇರಿದ್ದು. ಮಕ್ಕಳ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಒಲಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಕ್ರಮಗಳಲ್ಲಿ ಮನರಂಜನೆ, ಆಟಗಳು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿರುವುದರಲ್ಲಿ ಸಂದೇಹವಿಲ್ಲ. ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ವಿದ್ಯಮಾನಗಳು ಮಗುವಿನ ಸಾಮಾಜಿಕ ವರ್ತನೆಯ ರೀತಿಯನ್ನು ಸೂಚಿಸಬಲ್ಲದು. ಇದನ್ನು ಅದರ ಬಾಯಿಯಿಂದಲೇ ಕೇಳಿ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಒಂದು ಒಳ್ಳೆಯ ಕ್ರಮ. ಕುತೂಹಲದ ಸರಳ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳ ಮೂಲಕ ಮಗುವಿನ ಮನಸ್ಸು ಹಗುರಗೊಳ್ಳಬಲ್ಲದು. ನವದಾಂಪತ್ಯದ ಹುಮ್ಮಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಮಗುವಿನ ಅಗತ್ಯಗಳನ್ನು ಮರೆಯಬಾರದು. ತಂದೆ–ತಾಯಿ ಇಬ್ಬರ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವು ಮಗುವಿನ ಮನಸ್ಸಿನ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಮಕ್ಕಳ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಲ್ಲಿ ತಂದೆಯೂ ಸಹ ವಾತ್ಸಲ್ಯದ ಕೊಂಡಿಯಾಗಿರಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

▸▸ ನನಗೆ ಮೂರು ಮಕ್ಕಳು. ಕಿರಿಯವನಿಗೆ 30 ವರ್ಷ. ಇನ್ನಿಬ್ಬರು ಮಕ್ಕಳು ಇದೇ ಊರಿನಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳೊಂದಿಗೆ ನೆಮ್ಮದಿಯಿಂದ ಇದ್ದಾರೆ. ಕಡೆಯ ಮಗ ಮತ್ತು ಅವನ ಸೊಸೆ ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಇದ್ದಾರೆ. ಅವರಿಗೆ ಮೂರು ವರ್ಷದ ಗಂಡು ಮಗುವಿದೆ. ನನ್ನ ಮಗ ವಿದ್ಯಾವಂತನಾಗಿದ್ದು ಸಣ್ಣಪ್ರಮಾಣದ ಕೈಗಾರಿಕೆಯೊಂದನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತಿದ್ದಾನೆ. ಸೊಸೆ ಬ್ಯಾಂಕೊಂದರಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾಳೆ. ಜೀವನದ ನಿರ್ವಹಣೆಗೆ ಯಾವ ತೊಂದರೆಯೂ ಇಲ್ಲ. ನಾನು ಸರ್ಕಾರದ ಉದ್ಯೋಗದಿಂದ ನಿವೃತ್ತನಾಗಿರುವೆ. ನನ್ನ ಹೆಂಡತಿ ಸರ್ಕಾರದ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಶಿಕ್ಷಕಿಯಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಎಲ್ಲರೂ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಹೋದಾಗ ಮೊಮ್ಮಗುವಿನ ನಿರ್ವಹಣೆ ನನ್ನ ಮೇಲೆ ಹೆಚ್ಚು. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ನನ್ನ ಹೆಂಡತಿ ಮತ್ತು ಸೊಸೆಯ ನಡುವೆ ಉತ್ತಮ ಹೊಂದಾಣಿಕೆ ಇದ್ದಂತಿಲ್ಲ. ಇದರ ಪರಿಣಾಮ ನಮ್ಮೆಲರ ಮೇಲಾಗಿದೆ. ಅದರಲ್ಲಿಯೂ ನನ್ನ ಮೇಲೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದ್ದು ಪುಟ್ಟ ಮಗುವಿನತ್ತ ನನ್ನ ಸಿಟ್ಟು ಒಂದೆರಡು ಸಲ ವ್ಯಕ್ತವಾಗಿದೆ. ಇದರಿಂದಾಗಿಯೋ ಏನೋ ಮಗುವಿನ ಹಟಮಾರಿತನ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದೆ. ಒಮ್ಮೊಮ್ಮೆ ಯಾರ ಮಾತು ಕೇಳದಂತಹ ಮೊಂಡುತನ ಅದರಲ್ಲಿದೆ. ಇಂತಹ ವರ್ತನೆಗಳಿಗೆ ನಾನೇ ಕಾರಣವೆನ್ನುವ ಮಾತುಗಳು ಸೊಸೆಯ ಬಾಯಿಂದ ಬಂದಿದೆ. ಒಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಅಶಾಂತಿ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿದೆ. ಇಂತಹದೊಂದು ಸನ್ನಿವೇಶದಲ್ಲಿ ಹಿರಿಯರಾದ ನಾವು ಹೇಗೆ ವರ್ತಿಸಬೇಕು ಎಂದು ತಿಳಿಸಿದರೆ ಸಹಾಯವಾಗುತ್ತದೆ.

-ಭಗವಾನ್, ಬೆಂಗಳೂರು

ನಿಮ್ಮ ಸ್ವಭಾವ ಮತ್ತು ವಯೋಮಾನಕ್ಕೆ ಅನುಗುಣವಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ವರ್ತಿಸಿದ್ದೀರಿ ಎನ್ನಬಹುದಾದರೂ ಮೊಮ್ಮಗುವಿನ ನಿರ್ವಹಣೆ ನಿಮ್ಮಿಂದ ಆಗುತ್ತಿಲ್ಲ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವುದರಲ್ಲಿ ತಪ್ಪಿಲ್ಲ. ಈಗಾಗಲೇ ಮೂರು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಸಾಕಿ ಸಲಹಿದ್ದೀರಿ. ಇನ್ನು ಮೊಮ್ಮಕ್ಕಳನ್ನೂ ಸಹ ಸಾಕುವುದಕ್ಕೆ ಹಿಂದಿದ್ದಂತಹ ಹುಮ್ಮಸ್ಸು ಮತ್ತು ಶಕ್ತಿ ಬರುವುದು ಕಷ್ಟ. ನಿಮ್ಮ ಸಿಟ್ಟಿನ ವರ್ತನೆ ಸಣ್ಣ ಮಗುವಿನತ್ತ ಹೋಗುತ್ತಿರುವುದು ಒಳ್ಳೆಯ ಸೂಚನೆಯಲ್ಲ. ಇಂತಹ ಕ್ರಮದ ಬದಲಿಗೆ ನೇರವಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ಮಗ ಮತ್ತು ಸೊಸೆಗೆ ಸೂಕ್ತವೆನ್ನುವಂತಹ ತಿಳಿವಳಿಕೆ ನೀಡಬಹುದು. ಇದಲ್ಲದೆ, ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುತ್ತಿರುವ ಕಿರಿಕಿರಿಗೆ ಅತ್ತೆ–ಸೊಸೆ ನಡುವೆ ಸೌಹಾರ್ದತೆ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತಿರುವುದರ ಕಾರಣವೂ ಇದೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ತಿಳಿದಿದ್ದೀರಿ. ಹೀಗಾಗಿ ಬೆಳೆದು ನಿಂತಿರುವ ನಿಮ್ಮ ಕಿರಿಯ ಮಗನೂ ಕೂಡ ನಿಮ್ಮ ಇತರ ಮಕ್ಕಳಂತೆ ಸ್ವತಂತ್ರವಾಗಿ ಬೇರೊಂದು ಸಂಸಾರ ಮಾಡುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ಆಲೋಚಿಸಿ. ಒಂದು ವೇಳೆ ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಕಿರಿಯ ಮಗನಿನ್ನೂ ಆರ್ಥಿಕವಾಗಿ ಸದೃಢವಾಗಿಲ್ಲ, ಅವನಿಗೆ ನೋವನ್ನುಂಟು ಮಾಡಬಾರದೆಂಬ ಭಾವನೆ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿದ್ದರೆ ಅದರಿಂದ ಆಚೆ ಬರುವುದು ಸರಿಯೆನಿಸುತ್ತದೆ. ಏಕೆಂದರೆ, ಸ್ವಂತ ಉದ್ದಿಮೆಯ ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ಹತ್ತು ಹಲವಾರು ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಬರುವುದು ಸಹಜ. ಅವುಗಳನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸುವ ಶಕ್ತಿ ಅವರೇ ಮೂಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅವಕಾಶಗಳಿಗನುಗುಣವಾಗಿ ಮೂಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ ಎಂದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು. ಇದಲ್ಲದೆ ನಿಮ್ಮ ಸೊಸೆ ಸಹ ಉದ್ಯೋಗಸ್ಥೆ. ಆರ್ಥಿಕವಾಗಿ ಸ್ವತಂತ್ರವಾಗಿರಲು ಅವರಿಗೂ ಸಾಧ್ಯವಿದೆ. ನಿಮ್ಮ ಸೊಸೆಯ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿಯೂ ಬಹುಶಃ ಇಂತಹದೊಂದು ಆಲೋಚನೆ ಬಂದಿರುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳಿವೆ. ಆದುದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಮಗ ಮತ್ತು ಸೊಸೆಯೊಂದಿಗೆ ಈ ವಿಷಯವನ್ನು ನೇರವಾಗಿ ಪ್ರಸ್ತಾಪ ಮಾಡಬಹುದು. ಪೋಷಕರೇ ತಮಗೆ ಇಷ್ಟವಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸಣ್ಣ ಮಗುವಿನ ಬೆಳವಣಿಗೆಯನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸುವುದಕ್ಕೂ ಅವಕಾಶ ಇರುತ್ತದೆ. ಜೊತೆಗೆ ಮಗುವಿನ ತಕ್ಷಣದ ಬೇಕುಬೇಡಗಳ ಅರಿವು ಆಗುತ್ತದೆ. ಈಗ ಮಗುವಿನಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡಿರುವ ಹಟಮಾರಿತನಕ್ಕೂ ನಿಮ್ಮ ಸಿಟ್ಟಿನ ವರ್ತನೆಗೂ ನೇರವಾದ ಸಂಬಂಧವಿದೆ ಎಂದು ಹೇಳಲಾಗದು. ಮಗುವಿಗೆ ಪೋಷಕರ ಒಡನಾಡಿತನದ ಕೊರತೆಯೂ ಸಹ ಇಂತಹ ವರ್ತನೆಗಳನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸಬಲ್ಲದು. ಮಕ್ಕಳು ಹೊಸದಾಗಿ ಶಾಲೆಗೆ ಸೇರಿದ ಸಮಯದಲ್ಲಿಯೂ ಇಂತಹ ವರ್ತನೆಗಳು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲದು. ಆದುದರಿಂದ ಕುಟುಂಬದ ಈಗಿರುವ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಮಾನಸಿಕ ಗೊಂದಲಗಳು ತನ್ನಷ್ಟಕ್ಕೇ ತಾನೇ ಸರಿಹೋಗಬಲ್ಲದು ಎನ್ನುವಂತಹ ನಿರೀಕ್ಷೆ ಬೇಡ. ■

ನಿಮ್ಮ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕಳುಹಿಸಬೇಕಾದ ವಿಳಾಸ: ಸಂಪಾದಕರು, 'ಸುಧಾ', 'ನನ್ನ ಮಗು ಹೀಗೇಕೆ?' ವಿಭಾಗ, 75, ಎಂ.ಜಿ. ರಸ್ತೆ, ಬೆಂಗಳೂರು-560001, ಮೊಬೈಲ್ 9880937122