



ಪೋಷಕರೇ ನಿಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳ ಮಾನಸಿಕ ಬಳವಣಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಅಸಹಜತೆ ಕಂಡು ಬರುತ್ತಿದೆಯೇ? ನಿಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಆತಂಕಗಳಿಗೆ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿ **ಡಾ.ಆ.ತ್ರಿಪಾಠಿ** ಅವರು ಉತ್ತರಿಸುತ್ತಾರೆ.

▶ ನನಗೆ 35 ವರ್ಷ. ಒಳ್ಳೆಯ ಉದ್ಯೋಗಲ್ಲಿದ್ದೇನೆ. ನನಗೆ ಮೊದಲ ಮದುವೆಯಾದಾಗ 22 ವರ್ಷ. ಮದುವೆಯಾದ ಕೆಲವೇ ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ಗಂಡ ತೀರಿಕೊಂಡರು. ಅದಾದ ಒಂದೆರಡು ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ಮತ್ತೊಂದು ಸಂಬಂಧ ಬಂತು. ಅವರಿಗೂ ಎರಡನೇ ಸಂಬಂಧ. ಅನಾರೋಗ್ಯದಿಂದ ಅವರ ಹೆಂಡತಿಯು ತೀರಿಕೊಂಡಿದ್ದರು. ಆಗವರಿಗೆ ಒಂದು ವರ್ಷದ ಗಂಡು ಮಗುವಿತ್ತು. ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಬೆಳೆದ ಅವನಿಗೇಗ ಹತ್ತುವರ್ಷ. 5ನೇ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿದ್ದಾನೆ. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಅವನಲ್ಲಿ ತುಂಬಾ ಬದಲಾವಣೆ ಕಂಡುಬಂದಿದೆ. ಯಾವುದರಲ್ಲಿಯೂ ಆಸಕ್ತಿ ಇಲ್ಲವೆನ್ನುತ್ತಾನೆ. ಆಟದಲ್ಲಿಯೂ ನಿರಾಸಕ್ತಿ. ಓದುವ ಕಡೆ ಗಮನಕೊಡುವುದಿಲ್ಲ. ಶಾಲೆಯಿಂದ ದೂರು ಬಂದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಮೊದಲು ತನ್ನಷ್ಟಕ್ಕೆ ತಾನೇ ಎಲ್ಲ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದ. ಈಗ ಪ್ರತಿಯೊಂದನ್ನು ಮಾಡಿದು ಹಲವು ಸಲ ಹೇಳಬೇಕು. ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಹಾಸಿಗೆ ಬಿಟ್ಟು ಏಳುವುದರಿಂದ ರಾತ್ರಿ ಮಲಗುವವರೆಗೂ ಹೇಳುತ್ತಿರಬೇಕು. ಒತ್ತಾಯ ಮಾಡಿದರೆ ಅವನಿಗೆ ಸಿಟ್ಟು, ಮಾಡದಿದ್ದರೆ ನಮಗೆ ಸಿಟ್ಟು. ನನ್ನ ಮಾತಿಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಮರ್ಯಾದೆ ಕೊಡುತ್ತಾನೆ, ಅವನಷ್ಟೇನು ಮಾತಿಗೆ ಕೊಂಚವೂ ಬೆಲೆಯಿಲ್ಲ. ಇದರಿಂದ ಅವರಿಗೆ ಮುನಿಸು. ಮೊದಲೆಲ್ಲಾ ಅವರೊಂದಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಸಲಿಗೆಯಿಂದ ಇರುತ್ತಿದ್ದ. ಅವನ ಬೇಕು, ಬೇಡಗಳನ್ನು ಅವರಿಗೆ ತಿಳಿಸುತ್ತಿದ್ದ. ಈಗ ಅವರೇನಾದರೂ ತಿಳಿವಳಿಕೆ ಹೇಳಿದರೇ ಕಿರುಚುತ್ತಾನೆ. ಆದರೆ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲ ಮಕ್ಕಳೊಂದಿಗೆ ಲವಲವಿಕೆಯಿಂದ ಇರುತ್ತಾನೆ. ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿ ತೋರಿಸುತ್ತಾನೆ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಶಿಕ್ಷಕರು. 2ನೇ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ಸಂಗೀತ ಕಲಿಯುವುದಾಗಿ ಹೇಳಿದ. ಸಂಗೀತಕ್ಕೂ ಸೇರಿಸಿದವು. 3 ವರ್ಷ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದ. ಈಗ ಅದರಲ್ಲಿಯೂ ಆಸಕ್ತಿ ಇಲ್ಲ ಎನ್ನುತ್ತಾನೆ. ಸರಿ ಬೇಡ ಬಿಟ್ಟು ಬಿಡು ಎಂದರೆ ವಿಪರೀತ ಸಿಟ್ಟು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಈ ವರ್ತನೆಗಳು ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಎನ್ನುವುದು ನಮ್ಮಿಬ್ಬರಿಗೂ ಗೊತ್ತಾಗಿದೆ. ಅವನನ್ನು ಮಾತಾಡಿಸದೇ ಬಿಡೋಣವೆಂದರೇ ಮನಸ್ಸೇ ಬರುವುದಿಲ್ಲ. ಅವನೊಂದಿಗೆ ಇದ್ದು ಸಮಯ ಕಳೆಯೋಣವೆಂದರೆ ಅವನಿಗದು ಹಿಡಿಸದು. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಐವತ್ತು ಬಳಕೆ ಕಲಿತಿದ್ದಾನೆ. ಸದಾ ಅದರಲ್ಲಿ ಆಟಗಳನ್ನಾಡುತ್ತಾನೆ. ಒಮ್ಮೊಮ್ಮೆ ಟಿವಿ ನೋಡುತ್ತಾನೆ. ಪಕ್ಕದ ಮನೆಯ ಮಕ್ಕಳು ಆಡಲು ಬಂದರೆ ಅವರೊಂದಿಗೆ ಚೆನ್ನಾಗಿಯೇ ಇರುತ್ತಾನೆ. ಇವೆಲ್ಲಾ ಗಮನಿಸಿದಾಗ ನಮ್ಮ ಸಂಬಂಧವು ಅವನ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರಿರುವುದೇ ಎನ್ನುವ ಭಾವನೆ ಹುಟ್ಟಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ದಾಂಪತ್ಯದ ಹಿನ್ನೆಲೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಅವನಿಗೆ ತಿಳಿಸಿದ್ದೇವೆ. ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಯಾವುದೇ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಮುಚ್ಚಿಟ್ಟಿಲ್ಲ. ಅವನಿಗೆ ಮೂರು ಕುಟುಂಬಗಳಿಂದ ಅಜ್ಜ - ಅಜ್ಜಿಯಿದ್ದಾರೆ. ಅವರೆಲ್ಲರಿಗೂ ಅವನೊಂದರ ಪ್ರೀತಿ. ಹೀಗಿದ್ದರೂ ನಮ್ಮ ಮಗುವಿಗೆ ಏನಾಗುತ್ತಿದೆ ತಿಳಿಯುತ್ತಿಲ್ಲ. ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡಿ.

-ಉಷಾ, ಬೆಂಗಳೂರು

ಕೆಲವು ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಎಳೆಯತನದಿಂದಲೂ ಪ್ರಧಾನವಾಗಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಂತಹ ವರ್ತನೆಗಳು ಯಾವ ಸ್ವಷ್ಟ ಕಾರಣಗಳು ಇಲ್ಲದೇ ಬದಲಾಗುವುದುಂಟು. ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣಗಳನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುವುದು ಸ್ವಲ್ಪ ಕಷ್ಟ. ಏಕೆಂದರೆ, ನಡನಡಿಗಳು ಬದಲಾಗುವುದಕ್ಕೆ ಪೋಷಕರು, ಹಿತೈಷಿಗಳು ಕಾರಣ.

ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಸಮವಯಸ್ಕರಿಂದಲೂ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಹುಟ್ಟಿಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲದು. ಜೊತೆಗಾರರ ನಡುವಿನ ಮತ್ತರ, ಪೈಪೋಟಿ ಮನೆಯಲ್ಲಿಯೂ ವ್ಯಕ್ತವಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳಿವೆ. ಮಕ್ಕಳ ಮನೋವಿಕಾಸದ ಪರಿಯೇ ಹೀಗೆ. ಯಾರಿಂದ ಪ್ರೇರಿತರಾಗುತ್ತಾರೆ, ಯಾವ ರೀತಿಯ ಬದಲಾವಣೆ ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುವುದು ಅಷ್ಟೊಂದು ಸುಲಭವಲ್ಲ. ನಿಮ್ಮ ಮಗನ ಬದಲಾವಣೆಗಳಿಗೂ ಅವನಿಗೆ ಆಗಿರುವ ಆಘಾತಕ್ಕೂ ನೇರ ಸಂಬಂಧ ಇರಲಾರದು. ಏಕೆಂದರೆ, ಗತಿಸಿದ ಅವನ ಜನ್ಮದಾತೆಯ ನೆನಪುಗಳು ಬೇಸರ, ತಾತ್ಕಾರ ಅಥವಾ ಸಿಟ್ಟಿನ ವರ್ತನೆಗಳನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತಿವೆ ಎನ್ನುವುದು ಅಂದಾಜಷ್ಟೇ. ಇದಕ್ಕೆ ಶಾಲೆಯ ಪರಿಸರವೂ ಕಾರಣವಿರಬಹುದು. ಅವನ ಸ್ವಭಾವದಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬಂದಿರುವ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ವಯಸ್ಸು ಮತ್ತು ಪರಿಸರಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ್ದಾಗಿದೆ. ಹೊಸದಾಗಿ ಸಿಕ್ಕಿರುವ ಐವತ್ತು ಕೂಡ ಅವನ ಸದ್ಯದ ವರ್ತನೆಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಿರಬಹುದು. ಮತ್ತೆ, ಬಾಲ್ಯದಲ್ಲಿ ಅವನೊಂದಿಗೆ ವಿಶ್ವಾಸ, ವಾತ್ಸಲ್ಯಗಳನ್ನು ಪ್ರದರ್ಶಿಸುತ್ತಿದ್ದ ತಂದೆಗೆ ಅವನ ವರ್ತನೆಗಳಿಂದ ಬೇಸರವಾಗಬಹುದು. ಆದರೆ ಅದನ್ನು ಮಾನ, ಮುನಿಸುಗಳ ಮೂಲಕ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುವುದು ಸರಿಯಲ್ಲ. ಬಹುಶಃ ತಂದೆಯ ವರ್ತನೆಗಳಿಗೆ ಪ್ರತಿ ವರ್ತನೆಯಾಗಿ ಒಳಮುಖಿತನ ಉಂಟಾಗಿರಬಹುದು. ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ನೀವು ಗಮನಿಸಬೇಕಾಗಿರುವುದು ಏನೆಂದರೆ ಅವನ ಕಲಿಕೆಯ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಯಾಗಿದ್ದರೂ ತರಗತಿಯ ವರ್ತನೆಯಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆ ಆಗಿಲ್ಲ. ಇದೊಂದು ನೆಮ್ಮದಿಯ ಸಂಗತಿ. ಸಹಪಾಠಿಗಳೊಂದಿಗೆ, ಅಕ್ಕಪಕ್ಕದ ಮನೆಯ ಮಕ್ಕಳೊಂದಿಗೆ ಮೊದಲಿನಂತೆಯೇ ವರ್ತಿಸುತ್ತಿದ್ದಾನೆ. ಅಂದ ಮೇಲೆ ಅವನ ಸಾಮಾಜಿಕ ವರ್ತನೆಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವ ಹೊಸತನವೂ ಕಂಡುಬಂದಿಲ್ಲ. ಮನೆಯ ವಾತಾವರಣಕ್ಕೆ ಸರಿಹೊಂದದ ಸ್ವಭಾವಗಳು ಅವನಲ್ಲಿ ಮೂಡುತ್ತಿರುವುದು ನಿಮ್ಮ ಆತಂಕಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಿರಬಹುದು. ಸ್ವಲ್ಪ ಕಾದು ನೋಡಿ. ಹದಿಹರೆಯದ ಆರಂಭಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಶಾರೀರಿಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳಿಂದ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಕಸಿವಿಸಿಯಾಗುತ್ತಿರುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳು ಇದ್ದರೂ ಇರಬಹುದು. ಆದುದರಿಂದ ಅವನ ಸದ್ಯದ ವರ್ತನೆಗಳಿಗೂ ಹೊಸದಾಗಿ ಮೂಡುತ್ತಿರುವ ಸ್ವಭಾವಗಳಿಗೂ ಹತ್ತಿರದ ಸಂಬಂಧವಿರಬಹುದು. ಇದೊಂದು ಸಹಜ ವಿಕಾಸದ ಕ್ರಮ ಎಂದು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವುದೇ ಸರಿ ಎನಿಸುತ್ತದೆ.

▶ ನಮ್ಮದು ಸಣ್ಣ ಉದ್ಯಮಿಯನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತಿರುವ ಕೂಡು ಕುಟುಂಬ. ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಚಿಕ್ಕವನೊಂದರೆ ನನ್ನ 11ವರ್ಷದ ತಮ್ಮ. ಮೈಸೂರಿನ ಪ್ರತಿಷ್ಠಿತ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಓದುತ್ತಿದ್ದಾನೆ. ಓದಿನಲ್ಲಿ ಅಷ್ಟಕಷ್ಟ. ಆದರೆ, ಆಟ, ತುಂಟಾಟಗಳಿಗೆ ಕಡಿಮೆಯಿಲ್ಲ. ಕಳೆದ ವರ್ಷ ಐದಾರು ಸಲ ಹಣ ಕದ್ದಿದ್ದ. ಹೆದರಿಸಿ, ಬೆದರಿಸಿದರೆ ಬಾಯಿಬಿಡುತ್ತಿದ್ದ. ತಿಂಡಿ ತಿನಸುಗಾಗಿ ಕದಿಯುತ್ತಿದ್ದ. ಈಗ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಕಾಸು ಕಣ್ಣಿರೆಯಾದರೆ ಇವನೇ ಕಾರಣ ಎನ್ನುವಂತಾಗಿದೆ. ಕದಿಯುವುದು ಅಭ್ಯಾಸವಾಗಿ ಬಿಟ್ಟರೇ ಏನು ಗತಿ ಏನು ವ ಭಯ ಕಾಡುತ್ತಿದೆ. ನಮ್ಮ ಹುಡುಗನ ಸ್ವಭಾವವನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಲು ಏನು ಮಾಡಬೇಕು ತಿಳಿಸಿಕೊಡಿ.

-ತ್ರಿಕಂಠ ಆರಾಧ್ಯ, ಮೈಸೂರು

ಚಿಕ್ಕವಯಸ್ಸಿನ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಕದಿಯುವ ಗುಣ ಮುಂದುವರಿದು ಚಟವಾಗಬಲ್ಲದು. ಆದರೆ ಈ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಲು ಸಾಧ್ಯವಿದೆ. ನಿಮ್ಮ ಹುಡುಗನ ಈ ವರ್ತನೆಗೆ ಹಲವು ಕಾರಣಗಳಿರಬಹುದು. ಪ್ರೀತಿ, ವಾತ್ಸಲ್ಯದ ಕೊರತೆ ಇದರಲ್ಲಿ ಮುಖ್ಯ. ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ಮೂಡಿಸುವ ಕಡೆ ಗಮನ ಹರಿಸಿ. ಒತ್ತಡದ ಮೂಲಕ ಸ್ವಭಾವಗಳನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಪ್ರಯೋಜನ ಆಗಲಾರದು. ಅವನಿಗೆ ಆಸಕ್ತಿ ಇರುವ ವಿಷಯಗಳು ಯಾವುದನ್ನುವುದನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ, ಅವುಗಳ ಕಡೆ ಗಮನ ಹರಿಯುವಂತೆ ಮಾಡಿ. ಇತರ ಮಕ್ಕಳ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಸಾಧನೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಹೋಲಿಸಿ ಇವನನ್ನು ನಿರ್ದಿಸುವುದು, ಅಪಮಾನಮಾಡುವುದು ಬೇಡ. ನಿಮ್ಮದು ಕೂಡು ಕುಟುಂಬ ಆಗಿರುವುದರಿಂದ ಕಿರಿಯನ ಆಸೆ, ಆಕಾಂಕ್ಷೆಗಳ ಕಡೆ ಸ್ವಲ್ಪವಾದರೂ ಮನೆಯ ಹಿರಿಯರು ಗಮನ ಹರಿಸುವುದು ಸೂಕ್ತ. ಹಣ ಕದಿಯುವುದರಿಂದ ಆಗುವ ಕೆಟ್ಟ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಅರ್ಥವಾಗುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ವಿವರಿಸಿ. ಇದೊಂದು ದುರಭ್ಯಾಸವಾಗುತ್ತಿದ್ದರೆ ಎನ್ನುವುದರ ಬಗ್ಗೆಯೂ ತಿಳಿವಳಿಕೆ ಮೂಡಿಸಿ. ಸಹಪಾಠಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯ ಕಳೆಯುವುದಕ್ಕೆ ಅವಕಾಶಮಾಡಿಕೊಡಿ.

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