



ನಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳು ಹೀಗೇಕೆ?



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

▶ ನನಗಿಬ್ಬರು ಗಂಡು ಮಕ್ಕಳು. ಹಿರಿಯವನು 10ನೇ ತರಗತಿ ಸೇರಲಿದ್ದಾನೆ. ಎರಡನೆಯ ವರ್ಷದವನು ತರಗತಿ ಪರೀಕ್ಷೆ ಬರೆದಿದ್ದಾನೆ. ಆತ ಇದುವರೆವಿಗೂ ಯಾವ ತರಗತಿಯಲ್ಲೂ ಓದಿ ಬರೆದು ತೇರ್ಗಡೆಯಾಗಿಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಸಂಕಟ, ಬೇಡಿಕೆ, ಆಶ್ವಾಸಗಳಿಂದ ಮುಂದಿನ ತರಗತಿಗೆ ಕಳುಹಿಸಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಅವನು ಏಳು ತಿಂಗಳುಗಳಿಗೆ ಹುಟ್ಟಿದವನಾದರೂ ಬೇಗ ಮಾತಾಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ. ಆದರೆ, ಚಲನವಲನ ಮತ್ತು ನಡಿಗೆ ಕೂಡ ತಡವಾಗಿಯೇ ಬಂದಿದ್ದು. ಅವನಿಗೆ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಶಕ್ತಿ ಕಡಿಮೆಯಿದೆ ಎನ್ನುವ ಕಾರಣದಿಂದ ಮನಮಂದಿ ಸದಾ ಎತ್ತಿಕೊಂಡೆ ಇರುತ್ತಿದ್ದವು. ಹೀಗಾಗಿ ಅವನಿಗೆ ಓದಾಡುವುದು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಬಂತು ಎಂದುಕೊಂಡಿದ್ದೇವೆ. ತನ್ನ ಆರನೇ ವಯಸ್ಸಿನ ತನಕ ಅವನ ಅಣ್ಣನನ್ನು ಬಿಟ್ಟರೆ ಇತರ ಮಕ್ಕಳೊಂದಿಗೆ ಸರಾಗವಾಗಿ ಬೆರೆಯುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಓದಿನಲ್ಲೂ ಅಣ್ಣನ ಜೊತೆ ಕುಳಿತು ಒತ್ತಾಯಿಸಿದರೆ ಮಾತ್ರ ಬರೆಯುತ್ತಿದ್ದ, ಅದೂ ತಪ್ಪುತಪ್ಪಾಗಿಯೇ. ಇವತ್ತಿಗೂ ಸರಿಯಾಗಿ ಅಕ್ಷರಗಳನ್ನು ಬರೆಯಲಾರ. ಮೊದಲಿಗೆ ಇಂಗ್ಲಿಷ್ ಮಾಧ್ಯಮದ ಶಿಶುವಿಹಾರಕ್ಕೆ ಸೇರಿಸಿದ್ದೆವು. ಅಲ್ಲಿ ಎರಡು ವರ್ಷಗಳಿದ್ದರೂ ಶಾಲೆಯ ವಾತಾವರಣಕ್ಕೆ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳಲಿಲ್ಲ. ಆದುದರಿಂದ ಒಂದನೆಯ ತರಗತಿಯಿಂದ ಬೇರೊಂದು ಇಂಗ್ಲಿಷ್ ಮಾಧ್ಯಮದ ಶಾಲೆಗೆ ಸೇರಿಸಿದೆವು. ಅಲ್ಲಿಯೂ ಸಹ ಶಾಲೆಯಿಂದ ದೂರುಗಳು ಬಂದಿದ್ದರಿಂದ ಎರಡನೆಯ ತರಗತಿಯನ್ನು ಇಂಗ್ಲಿಷ್-ಕನ್ನಡ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರಿಸಿದೆವು. ಆ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಶಿಕ್ಷಕರು ಸರಿಯಾಗಿ ಕಲಿಸುತ್ತಿಲ್ಲವೆನ್ನುವ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ ಅದನ್ನು ಬಿಡಿಸಬೇಕಾಗಿಬಂತು. ಆ ನಂತರದಿಂದ ಮನೆಯ ಹತ್ತಿರವಿರುವ ಸರಕಾರಿ ಶಾಲೆಗೆ ಸೇರಿಸಿ ಶಿಕ್ಷಣ ಮುಂದುವರಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಆದರೀಗ ಓದು-ಬರಹ ಬಿಟ್ಟು ಮಿಕ್ಕಲ್ಲದರಲ್ಲೂ ಚುರುಕಾಗಿದ್ದಾನೆ. ಸದಾ ಆಟ ಅಥವಾ ಟಿ.ವಿ. ನೋಡೋದೇ ಮುಖ್ಯ ಚಟುವಟಿಕೆ. ಈಗ ಮನೆಯ ಹಿರಿಯರು ಅವನಿಗೆ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸ ತಲೆಗೆ ಹತ್ತಲ್ಲ; ಶಾಲೆ ಬೇಡ ಅಂತಾರ. ಮಿಕ್ಕಲ್ಲದರಲ್ಲೂ ಸರಿಯಾಗಿರುವ ಅವನಿಗೆ ಯಾವ ತರಗತಿಯ ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲೂ ತೇರ್ಗಡೆಯಾಗಲ್ಲ ಅಂದೆ ಏನು ಮಾಡೋದು? ಸೋಮಾರಿತನದಿಂದ ಹೀಗೆ ಆಡುತ್ತಿದ್ದಾನೆಯೇ? ಓದಲು ಆಸಕ್ತಿ ಇಲ್ಲವೇ? ಒಂದೂ ಗೊತ್ತಾಗ್ತಾ ಇಲ್ಲ. ಅವನ ಸ್ವಭಾವವನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸುವ ಮಾರ್ಗ ಯಾವುದೆಂದು ತಿಳಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವೇ?

-ಗಿರಿರಾಜ್, ಹಾಸನ

ನಿಮ್ಮ ಮಗನಿಗೆ ಓದು- ಬರಹ ಕಲಿಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ ಎನ್ನುವುದಕ್ಕೆ ಸೋಮಾರಿತನ ಅಥವಾ ನಿರಾಸಕ್ತಿ ಕಾರಣವಾಗಿರದು. ಕಲಿಯುವುದಕ್ಕೆ ಅಗತ್ಯವಾಗಿ ಬೇಕಾಗಿರುವ ಮಾನಸಿಕ ಶಕ್ತಿಯ ಕೊರತೆ ಕಾರಣವಾಗಿದೆ. ಆಟ-ನೋಟದಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿ ಇರುವುದಕ್ಕೂ ಅಕ್ಷರಗಳನ್ನು ನೋಡಿ- ಗುರುತಿಸಿ ಕಲಿಯುವುದಕ್ಕೂ ತುಂಬಾ ಅಂತರವಿದೆ. ಕಲಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಮಿದುಳಿನ ಪಾತ್ರವಿರುತ್ತದೆ. ಕಲಿಸುವವರು ಹೇಳಿದ್ದನ್ನು ಗ್ರಹಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಶಕ್ತಿಯೂ ಇರಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಇವೆಲ್ಲವನ್ನು ಗಮನಿಸಿದರೆ ನಿಮ್ಮ ಹುಡುಗನ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಹಿಂದುಳಿಯುವಿಕೆಗೆ ಕಾರಣ ಅವನ ಸ್ವಭಾವವಲ್ಲವೆನಿಸುತ್ತದೆ. ಆದುದರಿಂದ ನೀವು ಮೊದಲು ತಜ್ಞರ ಸಲಹೆ ಪಡೆಯಿರಿ. ನರರೋಗ, ವಾಕ್- ಶ್ರವಣ, ಮನೋತಜ್ಞರು ನಿಮ್ಮ ಹುಡುಗನ ಸಮಸ್ಯೆಯ ನಿವಾರಣೆಯ ಉಪಾಯಗಳನ್ನು ಸೂಚಿಸಬಲ್ಲರು. ನಿಮ್ಮ ಮಗುವಿನ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿಯ ಮಟ್ಟವನ್ನು ಅಳತೆಮಾಡಿ ಮುಂದಿನ ಕ್ರಮದ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಬೇಕು. ಅವರಿವರ

ಮಾತಿಗೆ ನಿಮ್ಮ ಮಗುವಿನ ಭವಿಷ್ಯವನ್ನು ಕೆಡಿಸದಿರಿ. ಅವನ ಮಾನಸಿಕ ಶಕ್ತಿ ಬಗ್ಗೆ ಸರಿಯಾದ ತಿಳಿವಳಿಕೆ ಪಡೆಯುವುದರ ಕಡೆ ಗಮನಹರಿಸಿ.

▶ ನನ್ನ ಮಗಳಿಗೆ 15 ವರ್ಷ. 10ನೇತರಗತಿ ಪರೀಕ್ಷೆ ಬರೆಯುವಳಿದ್ದಾಳೆ. ಈ ಹಿಂದೆ ಅವಳ ಆಪ್ತ ಗೆಳತಿಯ ಅಕ್ಕ ಪ್ರೇಮದ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಆತ್ಮಹತ್ಯೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡಳು. ಆಗಿನಿಂದ ನನ್ನ ಮಗಳಿಗೆ ಅವಳ ಗೆಳತಿ ಕಂಡರೆ ಆತಂಕ, ದಿಗಿಲು. ಅವಳಿಂದ ದೂರವಿರುವ ಮನಸ್ಸು ತೀವ್ರವಾಗಿದೆ. ಶಿಶುವಿಹಾರದಿಂದಲೂ ಅವರಿಬ್ಬರು ಒಬ್ಬರನ್ನೊಬ್ಬರು ಬಿಟ್ಟಿದ್ದಿಲ್ಲ. ಆದರೀಗ ಆ ಹುಡುಗಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತಾಡಿದರೂ ತುಂಬಾ ಸಿಟ್ಟುಮಾಡಿಕೊಂಡು ಊಟ ತಿಂಡಿನೂ ಬಿಟ್ಟುಬಿಡುತ್ತಾಳೆ. ಪರೀಕ್ಷೆ ಮುಗಿಯುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಊರನ್ನೇ ಬಿಡುವ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿದ್ದಾಳೆ. ಮುಂದಿನ ಶಿಕ್ಷಣವಂತೂ ದೂರದ ಊರಲ್ಲೇ ಆಗಬೇಕೆನ್ನುವ ಹೆರ. ಇವು ಯಾವುದನ್ನು ನೆರವೇರಿಸಿಕೊಡುವ ಶಕ್ತಿ ನಮಗಿಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಮನೆಯ ವಾತಾವರಣಕ್ಕೆ ಅವಳ ಯಾವ ಬೇಡಿಕೆಯೂ ಸೂಕ್ತವಲ್ಲ. ಇರುವ ಒಬ್ಬಳೇ ಮಗಳನ್ನು ಬೇರೊಂದು ಊರಲ್ಲಿ ಬಿಟ್ಟು ಓದಿಸುವಷ್ಟು ಮಾನಸಿಕ ಮತ್ತು ಆರ್ಥಿಕ ಬಲ ನಮಗಿಲ್ಲ. ಇಂತಹ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಮಗಳ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಹಿತವಾಗುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ವರ್ತಿಸುವುದು ಹೇಗೆ? ಅವಳ ಮನಸ್ಸು ಹೀಗೆಯೇ ಮುಂದುವರೆಯದಂತೆ ಮಾಡಲು ಸರಿಯಾದ ಕ್ರಮ ಯಾವುದು ಎನ್ನುವುದನ್ನು ದಯಮಾಡಿ ತಿಳಿಸಿ.

-ಗೌರಿ ಶ್ರೀನಿವಾಸ, ಕೋಲಾರ

ಸದ್ಯ ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಕಡೆ ಅವಳ ಮನಸ್ಸು ಹರಿಯುವಂತೆ ಮಾಡಿ. ಆತ್ಮೀಯರಿಗೆ ಆಗುವ ನೋವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವಷ್ಟು ಸಂಯಮ, ಅನುಕಂಪ ಕೆಲ ಹದಿಹರೆಯರಲ್ಲಿ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಆದುದರಿಂದ ಅಂತಹ ಸಂಬಂಧಗಳಿಂದಲೇ ದೂರವಿರುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡುವುದು. ಈ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಅವಳು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುವ ಪ್ರತಿ ಮಾತು, ಭಾವಕ್ಕೂ ಹಿರಿಯರಾದ ನೀವು ಆತಂಕದಿಂದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಬೇಡಿ. ಅವಳ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಹಿತ, ವಿಶ್ವಾಸ ಬರುವಂತಹ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಆಡುವುದೇ ಜಾಣತನ. ಸಾವಿನ ಬಗ್ಗೆ ಭಯ, ಆತಂಕ ಮಕ್ಕಳ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿರುವುದು ಸಹಜ. ಕ್ರಮೇಣ ಬದಲಾಗುವ ವರ್ತನೆಗಳಿವು. ಆದುದರಿಂದ ಅವಳ ಗೆಳತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುತ್ತಿರುವ ಮಾತು, ಭಾವಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ತಾಳ್ಮೆ ಮುಖ್ಯ. ಆದೊಂದು ದೌರ್ಭಾಗ್ಯದ ಪ್ರಸಂಗ ಎಂದು ಮನವರಿಕೆ ಮಾಡಿದರೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಬರಬಹುದು. ಸಾವು, ನೋವಿನ ಸಂಗತಿಗಳು ಉಂಟುಮಾಡುವ ಕೆಲ ಭಾವನೆಗಳು ಶಾಶ್ವತ ಅಲ್ಲವೆನ್ನುವುದನ್ನು ತಿಳಿಸಿ. ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಬೇರೊಂದು ಊರು, ಶಾಲೆ ಎನ್ನುವಂತಹ ಮಾತುಗಳು ಬರುವುದು ಸಹಜ. ಹಾಗೆಂದ ಮಾತ್ರಕ್ಕೆ ಅವೆಲ್ಲವೂ ತಕ್ಷಣ ಆಗಬೇಕು ಅಥವಾ ಆಗದಿರಬೇಕು ಎಂದು ಆಲೋಚಿಸಿ ಪ್ರಯೋಜನವಿಲ್ಲ. ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ಆತಂಕದ ಹಾದಿ ಹಿಡಿಯದಂತೆ ಎಚ್ಚರ ವಹಿಸಿ. ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಪರಿಶ್ರಮದ ಅಗತ್ಯವಿರುತ್ತದೆ. ಮನಸ್ಸು ತಿಳಿಯಾಗಿದ್ದಷ್ಟು ಕಲಿಕೆ ಉತ್ತಮವಾಗಿರುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿವು ಮೂಡಿಸಿ. ಆಪ್ತ ಗೆಳತಿಯಿಂದ ದೂರವಿರುವುದರಿಂದ ಮತ್ತಷ್ಟು ಹಿಂಸೆ, ಆತಂಕ ಆಗಬಲ್ಲದ್ದು ಎನ್ನುವ ಬಗ್ಗೆ ಹಿತವಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸೂಚಿಸಬಹುದು. ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವುದರಿಂದ ಗೊಂದಲ ತರುವಂತಹ ವಿಷಯ, ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳದೆ ಹೊರಗೆ ತಂದಷ್ಟು ಹಿತ ಎನ್ನುವುದು ಅವಳ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ನಾಟುವಂತೆ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ. ಸಂಕಟ, ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಯಾರನ್ನೂ ಬಿಡುವುದಿಲ್ಲ. ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಒಂದಲ್ಲಾ ಒಂದು ವಿಧದ ಸಮಸ್ಯೆ ಬಂದೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಅವುಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಶಕ್ತಿಯೂ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲೂ ಇರುತ್ತದೆ. ಈ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಭಯ, ಆತಂಕ, ಜುಗುಪ್ಸೆಗಳಂತಹ ವರ್ತನೆಗಳು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಅವುಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಇರಬೇಕು. ನಿಮ್ಮ ಮಗಳ ಮನಸ್ಸು ಸರಿಯಾಗಿಲ್ಲ. ಅವಳ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಪರಿಹಾರವಿಲ್ಲವೆನ್ನುವ ನಿರಾಶೆ ಬೇಡ. ಇಂತಹ ಪ್ರಯತ್ನಗಳಲ್ಲಿ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ಹುಟ್ಟಿಸುವಂತಹ ಮಾತು, ಕೆಲಸ ಹೆಚ್ಚು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ. ಓದಿನ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಯಾವುದಾದರೊಂದು ಕೆಲಸ, ಮನರಂಜನೆಯ ಕಡೆ ಹರಿಸುವುದು ಉತ್ತಮ. ಮನಮಂದಿಗೆ ನೆರವಾಗುವ ಸಣ್ಣ ಪುಟ್ಟ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುವಂತೆ ಉತ್ತೇಜಿಸಿ. ಕಳೆದು ಹೋದ ವಿಷಯದ ಬಗ್ಗೆಯೇ ಸದಾಕಾಲ ಆಲೋಚಿಸುವ ಕ್ರಮವನ್ನು ತಪ್ಪಿಸುವ ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಬಿಡಬೇಡಿ.

ನಿಮ್ಮ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕಳುಹಿಸಬೇಕಾದ ವಿಳಾಸ: ಸಂಪಾದಕರು, 'ಸುಧಾ', 'ನನ್ನ ಮಗು ಹೀಗೇಕೆ?' ವಿಭಾಗ, 75, ಎಂ.ಬಿ. ರಸ್ತೆ, ಬೆಂಗಳೂರು-560001, ಮೇಲ್ಪಿಲ್ 9880937122email: psychologist.sridhara@a1-mind.com