



ಡಾ.ಆ. ಶ್ರೀಧರ
ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿ

ಪೋಷಕರೇ, ನಿಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳ ಮಾನಸಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಅಸಹಜತೆ ಕಂಡು ಬರುತ್ತಿದೆಯೇ? ನಿಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ, ಆತಂಕಗಳಿಗೆ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿ

ಡಾ.ಆ. ಶ್ರೀಧರ ಅವರು
ಉತ್ತರಿಸುತ್ತಾರೆ.

ನಾನೀಗ ನಿವೃತ್ತಿ ಜೀವನ ನಡೆಸುತ್ತಿರುವ ಬ್ಯಾಂಕ್ ಉದ್ಯೋಗಿ. ತಡವಾಗಿ ಮದುವೆಯಾದೆ. ತಡವಾಗಿಯೇ ಒಬ್ಬ ಮಗ ಹುಟ್ಟಿದ. ಅವನಿಗೇ 24 ವರ್ಷ. ಪದವೀಧರ. ಒಳ್ಳೆಯ ಉದ್ಯೋಗದಲ್ಲಿದ್ದಾನೆ. ಅವನನ್ನು ಬಹಳ ಮುದ್ದಿನಿಂದ ಸಾಕಿದೆವು. ಒಳ್ಳೆಯ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸ ಕೊಡಿಸಿದೆವು. ಒಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಅವನಿಗೆ ಯಾವ ಕೊರತೆಯೂ ಇರದಂತೆ ಬೆಳೆಸಿದೆವು. ಈಗಲೂ ಸಹ ಅವನ ನಿತ್ಯದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ನಾವೇ ಮಾಡಬೇಕೆಂಬುದು ಅವನ ಹಠ. ಅಂದರೆ, ಅವನ ಬಟ್ಟೆಬರೆಗಳನ್ನು ಒಗೆದು ಇಸ್ತಿ ಮಾಡಿಸುವುದರಿಂದ ಅವನು ಉಪಯೋಗಿಸುವ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು, ವಾಹನವನ್ನು ಸ್ವಸ್ತಿತಿಯಲ್ಲಿ ಇಡಬೇಕಾದುದು ನಮ್ಮ ಕೆಲಸ ಎಂದು ನಂಬಿಕೆ ಅವನದು. ಅವನ ಸಣ್ಣಪುಟ್ಟ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ನಾವು ಮಾಡುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ಹಿಂಜರಿತ ಇಲ್ಲ. ಆದರೆ, ಇಳಿವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ವೇಗವಾಗಿ ಸಾಗುತ್ತಿರುವ ನಮ್ಮ ತಂದೆ ಅವನ ಅವಲಂಬನೆ ಸರಿಯೆ ಎನ್ನುವುದೇ ಆತಂಕದ ವಿಷಯ. ನಮ್ಮ ಅಪ್ಪ ಅಮ್ಮ ಹೇಳಿದಂತೆಯೇ ಕೇಳಿ ಬೆಳೆದ ಯುಗಕ್ಕೆ ಸೇರಿದವ ನಾನು. ಈಗ, ನನ್ನ ಮಗ ಹೇಳಿದಂತೆ ಕೇಳಬೇಕಾಗಿರುವ ಸನ್ನಿವೇಶ ಬಂದುಬಿಟ್ಟಿತಲ್ಲ ಎನ್ನುವ ಚಿಂತೆ. ಅವನ ವರ್ತನೆಯಲ್ಲಿ ಏನಾದರೂ ಮಾರ್ಪಾಡು ಸಾಧ್ಯವೆ? ದಯಮಾಡಿ ತಿಳಿಸಿ.

ಭೀಮರಾವ್, ಬೆಂಗಳೂರು

ಅತಿ ವಾತ್ಸಲ್ಯದಿಂದ ಬೆಳೆಸಿದ ನಿಮ್ಮ ಮಗನ ವರ್ತನೆಗೆ ಸರಿಯಾದ ಮಧು, ಸ್ವಲ್ಪ ಒರಟುತನ, ಸ್ವಲ್ಪ ಉದಾಸೀನ. ಅಂದರೆ, ಅವನ ಅಪೇಕ್ಷೆ ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತಾತ್ಕಾರವಿರಲಿ. ನೀವು ಒದಗಿಸಬೇಕಾಗಿದ್ದ ವ್ಯಾತ್ಸಲ್ಯದ ಎಲ್ಲೆಯನ್ನು ಯಾವಾಗಲೋ ಮೀರಿದ್ದೀರಿ ಎನ್ನುವ ಅರಿವು ನಿಮಗೆ ಈಗಲಾದರೂ ಬಂದರೆ ಒಳ್ಳೆಯದು. ಮಕ್ಕಳ ವಿಕಾಸಕ್ಕೆ ಕೇವಲ ಉತ್ತಮ ಶಿಕ್ಷಣ, ಉಡುಗೊಡು ಮತ್ತು ಅತಿ ಕಾಳಜಿಗಳಷ್ಟೇ ಸಾಲದು ಎನ್ನುವುದರ ಅರಿವು ಇರಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಶಿಸ್ತು, ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಮಕ್ಕಳು ಬೆಳೆಯುವ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಕಟ್ಟುನಿಟ್ಟಾಗಿ ಅನುಸರಿಸುವಂತೆ ಮಾಡುವುದು ಪೋಷಕರ ಕರ್ತವ್ಯ. ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಈಗ ಹೆಚ್ಚು ಚಿಂತಿಸುವುದು ಸರಿಯಲ್ಲ. ಸ್ವಲ್ಪ ಖಂಡಿತವಾದಿಯಾಗಿ ವರ್ತಿಸಿ. ಇವೆಲ್ಲ ನೀನೇ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಕೆಲಸಗಳು ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಹಲವಾರು ಸಲ ಅವನಿಗೆ ಹೇಳಿ. ಅಷ್ಟರಮೇಲೂ ಮಾಡದಿದ್ದರೆ ನಿಮ್ಮ ನಿಷ್ಕಾರವನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು. 24 ವರ್ಷದ... ಸುಶಿಕ್ಷಿತ ವಯಸ್ಸಿನ ವರ್ತನೆಗಳಲ್ಲಿ ಇಂತಹ ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ ಅವಲಂಬನೆ ಯಾ ಅಧಿಕಾರದ ಭಾವ ಸರಿಯಲ್ಲವೆನ್ನುವುದನ್ನು ತಿಳಿಸಿ. ಈ ವಿಷಯದ ಬಗ್ಗೆ ದಾಕ್ಷಿಣ್ಯ ಬೇಡ. ಇದಲ್ಲದೆ ನಿಮ್ಮ ವಿಶ್ರಾಂತ ಜೀವನದ ಅಗತ್ಯಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸುವ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ಅವನೂ ಭಾಗಿಯಾಗಬೇಕೆಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿಸಿ. ಹೀಗೆ ಮಾತಾಡಿದಾಗ ಬಹುಶಃ ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನ ದುಗುಡವನ್ನು ಆತ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲನೆನಿಸುತ್ತದೆ.

ಭಾರತೀಯ ಸೇನೆಯಲ್ಲಿರುವ ನನ್ನ ಗಂಡ ಮತ್ತು ನಾಲ್ಕು ವರ್ಷದ ಮಗನೊಂದಿಗೆ ದೂರದ ಊರೊಂದರಲ್ಲಿದ್ದೇವೆ. ನನ್ನ ಮಗ ಈಗ ಎಲ್ ಕೆಜಿಯಲ್ಲಿದ್ದಾನೆ. ಓದು ಬರಹದ ತೊಂದರೆ ಇಲ್ಲವಾದರೂ ಕನ್ನಡದ ಪದಗಳ ಉಚ್ಚಾರಣೆ ಅಷ್ಟೇನೂ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿಲ್ಲ. ಇಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳ ಮನಸ್ಸಿನ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದವರು ಕಡಿಮೆ. ಹೀಗಾಗಿ ನಿಮಗೆ ಈ ಪತ್ರ ಬರೆಯುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ನನ್ನ ಮಗುವು ತುಂಬಾ ತುಂಟುತನ ಮಾಡುವುದರಿಂದಲೋ ಎನೋ ಅವನ ವಯಸ್ಸಿನ ಮಕ್ಕಳು ಅವನೊಂದಿಗೆ ಆಡಲು ಇಷ್ಟಪಡುವುದಿಲ್ಲ. ಹಾಗೆಯೇ ನಾವಿರುವ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಕನ್ನಡ ಮಾತಾಡುವವರ ಸಂಖ್ಯೆಯೂ ಕಡಿಮೆ. ಇದಲ್ಲದೆ

ಸಣ್ಣಪುಟ್ಟ ನಡೆನುಡಿಗಳು ತೊಂದರೆಯೂ ಇದ್ದಂತೆ ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ. ಅವನ ಬುದ್ಧಿ ಮತ್ತೆಯನ್ನು ತಿಳಿಯುವ ಅಗತ್ಯವಿದೆ ಎಂದು ಶಾಲೆಯವರು ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಹೇಗೆ ಮುಂದುವರೆಯಬೇಕು ಎನ್ನುವುದನ್ನು ದಯಮಾಡಿ ತಿಳಿಸಿ.

ರಾಗಿಣಿ, ದೂರದ ಊರು

ಸಣ್ಣ ವಯಸ್ಸಿನ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಭಾಷಾ ಕಲಿಕೆಯ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಉತ್ತಮವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಪರಿಸರದ ಭಾಷೆಯನ್ನು ಸಲೀಸಾಗಿ ಕಲಿಯುತ್ತಾರೆ. ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸುವ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ. ಹೀಗಿದ್ದರೂ ಒಮ್ಮೆ ವಾಕ್ಶ್ರವಣ ತಜ್ಞರನ್ನು ಭೇಟಿಮಾಡುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು. ಅದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಬುದ್ಧಿಸಾಮರ್ಥ್ಯದ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸಬಹುದು.

ನನಗೆ 6 ವರ್ಷದ ಒಬ್ಬ ಮಗಳಿದ್ದಾಳೆ. ನಮ್ಮದು ಸಣ್ಣ ಕುಟುಂಬ. ನನ್ನ ಯಜಮಾನರ ವ್ಯಾಪಾರದಲ್ಲಿ ನಾನು ಭಾಗಿಯಾಗಿದ್ದು ಸಾಕಷ್ಟು ಸಮಯವನ್ನು ಕೆಲಸದ ಮೇಲೆ ಕಳೆಯುತ್ತೇವೆ. ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯ ಮಗಳು ಒಂಟಿಯಾಗಿ ಇರುತ್ತಾಳೆ. ರಜಾದಿನಗಳಲ್ಲಂತೂ ಅದು ಹೆಚ್ಚು. ಹೀಗಾಗಿ, ಮತ್ತೊಂದು ಸಂತಾನದ ಮೂಲಕ ಅವಳ ಒಂಟಿತನವನ್ನು ಮಿತಿಗಲಿಸಬಹುದೆಂಬ ಯೋಚನೆ ನಮಗೆ ಬಂದಿದೆ. ಆದರೆ, ಹೀಗೆ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಅವಳ ಮನಸ್ಸಿನ ಮೇಲೆ ಎಂತಹ ಪರಿಣಾಮ ಉಂಟಾಗುವುದು ಎನ್ನುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ಗೊಂದಲಗಳೂ ಇವೆ. ನಿಜ ಹೇಳಬೇಕೆಂದರೆ ನಿಮ್ಮ ಬುದ್ಧಿಗೂ ಸಂತಾನ ಬೇಕಿಲ್ಲ. ಆದರೆ, ನನ್ನ ಮಗಳ ಒಂಟಿತನವು ಏನಾದರೂ ಮಾನಸಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಅವಳಲ್ಲಿ ಉಂಟುಮಾಡಬಹುದು ಎನ್ನುವ ಆತಂಕವು ನಮ್ಮನ್ನು ಕಾಡುತ್ತಿದೆ ಯಲ್ಲದೆ ನೆರೆಹೊರೆಯವರು ಮತ್ತು ನೆಂಟರಿಷ್ಟರ ಸಲಹೆಯೂ ಇನ್ನೊಂದು ಸಂತಾನವಿರಲಿ ಎನ್ನುವುದೇ ಆಗಿರುತ್ತದೆ. ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮ್ಮ ಸಲಹೆ ತಿಳಿಸಿ.

ಶಕುಂತಲಾ ಮೂರ್ತಿ, ಗೋಕರ್ಣ

ಇನ್ನೊಂದು ಸಂತಾನ ನಿಮಗೆ ಇಷ್ಟವಿಲ್ಲವೆಂದಮೇಲೆ ಅದರಂತೆ ಇರುವುದು ಸರಿಯೆನಿಸುತ್ತದೆ. ಆದರೂ, ಒಂಟಿಯಾಗಿ ಬೆಳೆದ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಮಾನಸಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಇರುವುದು ಅಥವಾ ಒಂಟಿತನ ಉತ್ತಮ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ಮತ್ತು ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳು ಮೂಡಲಾರವು ಎನ್ನುವಂತಹ ನಂಬಿಕೆಗಳು ಸರಿಯಲ್ಲ. ಮಕ್ಕಳ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಮನೆಯ ಪರಿಸರದಷ್ಟೇ ಪ್ರಭಾವಶಾಲಿಯಾದ ವಾತಾವರಣವು ಮನೆಯ ಹೊರಗಡೆಯೂ ಇರುತ್ತದೆ. ಶಾಲೆ, ನೆರೆಹೊರೆಯವರು ಮತ್ತು ಸಮವಯಸ್ಕರ ಸಹವಾಸಗಳು ಮಾನಸಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಯನ್ನು ಉತ್ತಮಗೊಳಿಸಬಲ್ಲದು. ಆದುದರಿಂದ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಒಂಟಿಯಾಗಿ ಬೆಳೆಯುವ ಮಕ್ಕಳ ಮನಸ್ಸು ತಹಬದಿಯಲ್ಲಿರಲಾರದು ಎನ್ನುವ ಶಂಕೆ ಅನಗಿಲ್ಲ. ನಿಮ್ಮ ಆಸೆ, ಆಕಾಂಕ್ಷೆ, ಆರ್ಥಿಕತೆ, ಅಗತ್ಯಗಳನ್ನು ಗಣನೆಗೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಇನ್ನೊಂದು ಸಂತಾನದ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಿ.

ನನ್ನ ಮಗಳಿಗೆ ಈಗ 13 ವರ್ಷ. ಅವಳನ್ನು ಬೇರೊಂದು ಊರಿನಲ್ಲಿರುವ ವಸತಿ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಓದಿಸುವ ಹಂಬಲ ನನ್ನದು. ಆದರೆ, ನನ್ನ ಗಂಡನಿಗೆ ಇದು ಇಷ್ಟವಿಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಮನೆಯ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ನೋಡಿದರೆ ಅವಳ ಮಾನಸಿಕ ಶಕ್ತಿಯ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಮತ್ತು ಪ್ರದರ್ಶನ ಮನೆಯಿಂದ ಹೊರಹೋದರೆ ಉತ್ತಮವಾಗುವುದು ಎನಿಸುತ್ತದೆ. ಹೆಣ್ಣು ಮಕ್ಕಳು ವಸತಿ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಓದಲಾರೇ ಎನ್ನುವುದೇ ನನ್ನ ಪ್ರಶ್ನೆ.

ಗಾಯತ್ರಿ ದೇವಿ, ಹಾವೇರಿ

ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಉತ್ತಮ ಶಿಕ್ಷಣ ಕೊಡಿಸುವುದು ಪೋಷಕರ ಪ್ರಮುಖ ಕರ್ತವ್ಯ. ತಾಯಿಯಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ಮಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದೋ ವಿಶೇಷ ಗುಣವಿದೆ ಎನ್ನುವುದರ ಅರಿವು ನಿಮಗಾಗಿದೆ. ಅದರಂತೆಯೇ ನಡೆದುಕೊಳ್ಳಿ. ವಸತಿ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಮಕ್ಕಳ ಮನಸ್ಸು ಕೆಡುವುದು ಎನ್ನುವುದಕ್ಕೆ ಆಧಾರಗಳೂ ಇರಲಾರದು. ವಸತಿ ಶಾಲೆಯ ವಾತಾವರಣಕ್ಕೆ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳುವಂತಹ ಮನೋಭಾವವನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಮಗಳಲ್ಲಿ ಉತ್ತೇಜಿಸಿ. ಸಹಬಾಳಿ, ಹೊಂದಾಣಿಕೆ, ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸುವುದು, ಹಣ ಮತ್ತು ತನ್ನತನದ ಬಗ್ಗೆ ಉತ್ತಮ ಅರಿವು ಇಂತಹ ಪರಿಸರದಲ್ಲಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮೂಡುತ್ತದೆ. ನಿಮ್ಮ ಗಂಡನ ಮನವೊಲಿಕೆಯು ಗಮನಹರಿಸಿ.