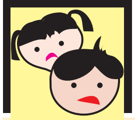

ನಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳು ಹೀಗೇಕೆ?

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

ನಾನೊಬ್ಬ ಆಟೋಚಾಲಕ/ಮಾಲೀಕ.(ನಾನೇನು ಹೆಚ್ಚು ಓದಿಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಕುಟುಂಬದಲ್ಲೆ ಇದುವರೆವಿಗೂ ಯಾರೂ ಕಾಲೇಜಿಗೆ ಹೋಗಿಲ್ಲ) ನನಗೆ 18 ವರ್ಷದ ಮಗನಿದ್ದಾನೆ. ಇಂಗ್ಲಿಷ್ ಮಾಧ್ಯಮದ ಶಾಲೆಗೆ ಸೇರಿಸಿ ಅವನ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸಕ್ಕೆ ಬೇಕಾದ ಎಲ್ಲ ಅಗತ್ಯಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸಿದೆ. ಅವನೂ ಸಹ ಶಿಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿ ತೋರಿಸಿದ್ದ ಕಾರಣ ತಡವರಿಸದೆ ಶಿಕ್ಷಣ ಮುಂದುವರೆಸಿದ. ಪಿಯುಸಿ ನಂತರ ಸಿಇಟಿ ಮತ್ತು ಕಾಮೆಡ್ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳಲ್ಲಿ ಉತ್ತಮ ಅಂಕಗಳು ಬರಲಿಲ್ಲ. ಇದರಿಂದಾಗಿ ಅವನಿಗೆ ಆಸೆ ಇದ್ದ ಕಾಲೇಜು ಸಿಗದೆ ಪರದಾಡಬೇಕಾಗಿ ಬಂತು. ಅವನ ಆಸೆಯನ್ನು ನೆರವೇರಿಸಲು ಹಳ್ಳಿಯಲ್ಲಿದ್ದ ಚೂರುಪಾರು ಆಸ್ತಿ ಮಾರಿದೆವು. ಹೀಗಾಗಿ ಅವನು ಇಷ್ಟಪಟ್ಟ ಕಾಲೇಜಿನಲ್ಲಿ ವಂತಿಗೆ ಕೊಟ್ಟು ಪ್ರವೇಶ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು. ನನ್ನ ಮಗ ಈಗ ಎರಡನೆಯ ಸೆಮಿಸ್ಟರ್ ಎಂಜಿನಿಯರಿಂಗ್ ಪರೀಕ್ಷೆ ಬರೆಯುವನಿದ್ದಾನೆ. ಓದಿನಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಶ್ರಮ ಇದೆ. ಆದರೆ ಅದಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಅಂಕಗಳಾಗಲೀ ಫಲಿತಾಂಶವಾಗಲೀ ಇಲ್ಲವೆನ್ನುವುದು ಅವನ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ತುಂಬಿದೆ. ಪದವಿಪೂರ್ವದ ತನಕ ಸಾಧಾರಣಕ್ಕಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚು ಅಂಕ ಪಡೆಯುತ್ತಿದ್ದ. ಆದರೀಗ ಮೊದಲ ಸೆಮಿಸ್ಟರ್ ಫಲಿತಾಂಶ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬರದಿದ್ದ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ ತುಂಬಾ ಬೇಸರಪಟ್ಟುಕೊಂಡಿದ್ದಾನೆ. ಅವನ ಚಟುವಟಿಕೆ, ಆಸಕ್ತಿಗಳ ಮೇಲೂ ಇದರ ಅಡ್ಡ ಪರಿಣಾಮವಿದೆ. ಇದೆಲ್ಲಕ್ಕೂ ಕಾಲೇಜಿನ ವಾತಾವರಣವೇ ಕಾರಣವೆನ್ನುತ್ತಾನೆ. ಸಹಪಾಠಿಗಳಲ್ಲಿ ಮೂರು ನಾಲ್ಕು ಗುಂಪುಗಳಿವೆಯಂತೆ. ಇವು ಸಿಇಟಿ–ಕಾಮೆಡ್–ವಂತಿಗೆ/ಎನ್‌ಆರ್‌ಐ ಮತ್ತು ಹಿಂದಿ ಮಾತಾಡುವವರಿಂದ ಕೂಡಿರುವ ಗುಂಪುಗಳು. ಈ ಗುಂಪುಗಳೊಂದಿಗೆ ಗುರುತಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರಯತ್ನದಲ್ಲಿ ಅವನು ಯಶಸ್ವಿಯಾಗದ ಕಾರಣ ಬೇಸರಗೊಂಡಿದ್ದಾನೆ. ಅದೇ ಆಲೋಚನೆಯಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿದ್ದು ಪರೀಕ್ಷೆ ಬರೆಯಲಾಗದ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿದ್ದಾನೆ. ಈಗ ನಾವು ಯಾವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಅವನಿಗೆ ಧೈರ್ಯ ಹೇಳಬೇಕು ಎನ್ನುವುದು ತಿಳಿಯುತ್ತಿಲ್ಲ. ದಯಮಾಡಿ ತಿಳಿಸಿಕೊಡಿ.

–ಸುರೇಂದ್ರ ಕುಮಾರ್, ಬೆಂಗಳೂರು

ನಿಮ್ಮ ಮಗನ ಗೊಂದಲವನ್ನು ಸಮಾಧಾನದಿಂದ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಹದಿಹರೆಯದಲ್ಲಿ ಗೆಳೆಯರ ಕೂಟದಲ್ಲಿರುವುದು, ಬಿಡುವುದು ಸಾಮಾನ್ಯ ಎನ್ನುವಂತಹ ವರ್ತನೆ. ಗೆಳೆತನವು ವಯಸ್ಸು, ಅವಕಾಶ, ಸಂದರ್ಭಗಳ ಪರಿಣಾಮದಿಂದ ಹುಟ್ಟಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಎಂದುಕೊಂಡರೂ ಇವುಗಳಿಲ್ಲದೆಯೂ ಅದು ಹುಟ್ಟಿಕೊಳ್ಳುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳುಂಟು. ಹೊಸದಾಗಿ ಕಾಲೇಜು ಸೇರಿದ ಬಹುತೇಕ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಇಂತಹ ಸ್ಥಿತಿ ಎದುರಾಗುತ್ತದೆ. ಮುಂದಿನ ತರಗತಿಗಳಿಗೆ ಹೋಗುತ್ತಿರುವಂತೆಯೇ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಸಂಪರ್ಕ, ಸ್ವಭಾವಗಳಲ್ಲಿ ಬೇಕಾದಷ್ಟು ಮಾರ್ಪಾಡುಗಳು ಆಗುತ್ತವೆ. ಆದುದರಿಂದ ಈಗ ಗೆಳೆಯರಿಲ್ಲ ಎನಿಸಿದರೂ ಅದೇನು ಶಾಶ್ವತವಾಗಿಯೇ ಇರುತ್ತದೆ ಎಂದುಕೊಂಡು ಆತಂಕಪಡಬೇಕಿಲ್ಲ. ಈ ವಿಷಯವನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಹುಡುಗನ ಗಮನಕ್ಕೆ ತನ್ನಿ. ಕಾಲೇಜಿನಲ್ಲಿರುವ ಎಲ್ಲಾ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಮನಸ್ಸು ಈಗಿರು ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿಯೇ ಮುಂದುವರೆಯುವುದಿಲ್ಲ. ಮುಂಬರುವ ಸೆಮಿಸ್ಟರುಗಳಲ್ಲಿ ಹೊಸ ಸಂಪರ್ಕ, ಸಂಬಂಧಗಳು ಆಗಲೇ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಅವನ ಮನಸ್ಸು ಓದಿನ ಕಡೆ ಇರುವಂತೆ ಮಾಡಬೇಕು. ಉತ್ತಮ ಅಂಕಗಳನ್ನು ಗಳಿಸದಿರುವುದಕ್ಕೂ, ಗೆಳೆತನದ ಕೊರತೆಗೂ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಬೇಡ. ಅವನು ಕಾಲೇಜು ಸೇರಿರುವುದರ ಉದ್ದೇಶ ಶಿಕ್ಷಣ ಪಡೆಯುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಕಡೆಗಾಣಿಸದಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಕಡಿಮೆ ಅಂಕಗಳು ಬಂದರೂ ಅನಾಹುತವೇನೂ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ಮುಂಬರುವ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಮತ್ತಷ್ಟು ಸಿದ್ಧತೆ ಮತ್ತು ಪರಿಶ್ರಮಗಳ ಮೂಲಕ ಎದುರಿಸಲು ಅವಕಾಶಗಳಿವೆ. ಆದುದರಿಂದ ಈ ತಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ಮಾತ್ರ ಮಹತ್ವಕೊಡಬೇಕು ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಅರ್ಥವಾಗುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿ. ತನ್ನ ಸಾಮರ್ಥ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ವಿಶ್ವಾಸ ಕೆಡಿಸುವುಂತಹ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಇಲ್ಲವೆನ್ನುವುದನ್ನು ನಂಬಬೇಕಾಗಿದೆ. ಒಂದಲ್ಲಾ ಒಂದು ದಿನ ಗೆಳೆಯರು ಹತ್ತಿರವಾಗುತ್ತಾರೆ. ಅಲ್ಲಿಯ ತನಕ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ಹೆಚ್ಚುವಂತಹ ಮಾತುಗಳಿಂದ ಉತ್ತೇಜನ ನೀಡಿ.

ನನ್ನ ಮಗಳು ಹತ್ತನೆ ತರಗತಿಯ ಪರೀಕ್ಷೆ ಬರೆದಿದ್ದಾಳೆ. ಅವಳ ಜಾಣತನದ ಬಗ್ಗೆ ಶಿಕ್ಷಕರಿಂದಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ, ಸಹಪಾಠಿಗಳಿಂದಲೂ ಒಳ್ಳೆಯ ಅಭಿಪ್ರಾಯವಿದೆ. ಯಾವ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಾದರೂ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳುವ ಬಲ ಅವಳಲ್ಲಿದೆ ಎಂದು ಅವಳಿಗೆ ಮನೆಪಾಠ ಹೇಳಿಕೊಟ್ಟವರು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಹೀಗೆಲ್ಲಾ ತಿಳಿದಿದ್ದರೂ ಮುಂದೇನು ಮಾಡಬೇಕು ಎನ್ನುವುದಂತೂ ಅವಳಿಗೆ ಸರಿಯಾಗಿ ತಿಳಿಯುತ್ತಿಲ್ಲ. ಒಂದು ದಿನ ತೋರಿಸಿದ್ದ ಆಸಕ್ತಿ ಮಾರನೆಯ ದಿನ ಬದಲಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಒಂದು ದಿನ ಆರ್ಟ್ಸ್, ಮರುದಿನ ವಿಜ್ಞಾನ, ಆಚೆ ದಿನ ವಾಣಿಜ್ಯ ಹೀಗೆ ಏನೇನೋ ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದ್ದಾಳೆ. ಇವುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಅಂತರ್ ಜಾಲದಿಂದ ಮಾಹಿತಿಗಳನ್ನು ಇಟ್ಟು ನೀವೇ ನಿರ್ಧರಿಸಿ ಎನ್ನುತ್ತಾಳೆ. ನಾವೇನು ಹೆಚ್ಚು ವಿದ್ಯಾವಂತರಲ್ಲ. ಜೊತೆಗೆ ನಮಗಿರುವ ಸೌಲಭ್ಯಗಳು ಕಡಿಮೆ. ಅವಳ ಇಷ್ಟವನ್ನು ವಿರೋಧಿಸುವ ಮನಸ್ಸಂತೂ ಇಲ್ಲ. ಹಾಗೆಯೇ ಅವಳ ಇಷ್ಟ ಇಂತಹದ್ದೇ ಎಂದು ನಿರ್ಧರಿಸುವ ಧೈರ್ಯವೂ ಇಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ಅವಳು ತುಂಬಾ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಸ್ವಭಾವದವಳು. ಸ್ವಲ್ಪವೂ ಅಪಮಾನ, ಸೋಲನ್ನ ಸಹಿಸಲಾರಳು. ಇಂತಹ ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ ಒತ್ತಾಯಮಾಡಲು ನಮಗಿಷ್ಟವಿಲ್ಲ. ಹೀಗಾಗಿ ನಮ್ಮ ಮಗಳ ಭವಿಷ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಗೊಂದಲಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗಿದ್ದು ಮನೆಯಲ್ಲಿ ನೆಮ್ಮದಿ ಇಲ್ಲದಂತೆ ಆಗಿದೆ. ದಯಮಾಡಿ ಸಲಹೆ ನೀಡಿ.

–ಸುರಭಿ ನಿರಂಜನ, ಸಾಗರ

ನಿಮ್ಮ ಮಗಳಿಗೆ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಗುರಿ ಇಲ್ಲವೆಂದುಕೊಂಡು ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಗೊಂದಲದಲ್ಲಿ ಸಿಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಪ್ರಯೋಜನವಿಲ್ಲ. ಈಗಿನ್ನು ಎಸ್ಸೆಸ್ಸೆಲ್ಸಿ ಪರೀಕ್ಷೆ ಮುಗಿಸಿದ್ದಾಳೆ. ಫಲಿತಾಂಶ ಬರುವುದಕ್ಕೆ ಸಮಯವಿದೆ. ಜೊತೆಗೆ ಮುಂದಿನ ಓದಿನ ಬಗ್ಗೆ ತೀರ್ಮಾನ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಕಾಲಾವಕಾಶವೂ ಇದೆ. ಹದಿಹರೆಯದ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಹಲವು ಆಸೆ, ಕನಸುಗಳು ಒಮ್ಮೆಲೆ ಬರುವುದು ತೀರಾ ಸಾಮಾನ್ಯ. ಒಂದು ದಿನ ವೈದ್ಯಶಾಸ್ತ್ರದ ಕಡೆ ಮನಸ್ಸು ಹರಿದರೆ, ಮತ್ತೊಂದು ದಿನ ವಾಣಿಜ್ಯದ ಕಡೆ ಹರಿಯಬಹುದು. ಇದೇನು ವಕ್ರ ಆಲೋಚನೆ ಎಂದೆನಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಆಕೆಯ ಸಾಮರ್ಥ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಒಳ್ಳೆಯ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳನ್ನು ಶಿಕ್ಷಕರು ಮತ್ತು ಸಹಪಾಠಿಗಳು ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅವಳು ಯಾವ ಕ್ಷೇತ್ರವನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿದರೂ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳುವ ಶಕ್ತಿ ಅವಳಲ್ಲಿದೆ ಎನ್ನುವ ಮಾತನ್ನು ನಂಬಿ. ನಿಮ್ಮ ಮಗಳ ಮನಸ್ಸು ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಫಲಿತಾಂಶ ಬಂದ ನಂತರ ಮತ್ತಷ್ಟು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ವ್ಯಕ್ತಗೊಳ್ಳಬಲ್ಲದು. ಕಲೆ, ವಿಜ್ಞಾನ, ವಾಣಿಜ್ಯದ ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾಳೆ ಎನ್ನುವ ವಿಶ್ವಾಸ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿರಲಿ. ಒಂದು ವೇಳೆ ಅವಳಿಗೆ ಸೂಕ್ತವೆನ್ನುವಂತಹ ಸಲಹೆ, ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಕೊಡುವುದು ನಿಮಗೆ ಕಷ್ಟವೆನಿಸಿದರೆ ತಜ್ಞರ ಸಲಹೆ ಪಡೆಯುವುದಕ್ಕೆ ಅವಕಾಶಗಳಿವೆ. ಪತ್ರಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಈ ವಿಷಯದ ಬಗ್ಗೆ ಬೇಕಾದಷ್ಟು ಸಲಹೆ ಸಿಗುತ್ತವೆ. ಇದಲ್ಲದೆ ನಿಮ್ಮ ಮಗಳು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿರುವ ಶಾಲೆಯ ಶಿಕ್ಷಕರನ್ನೂ ಸಹ ಈ ವಿಷಯದ ಬಗ್ಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡುವಂತೆ ವಿನಂತಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಈ ರಜೆಯಲ್ಲಿ ಅವಳ ಆಸಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬಹುದು. ವಿಜ್ಞಾನದ ಬಗ್ಗೆ ಆಸಕ್ತಿ ಇರುವಂತಿದ್ದರೇ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ವಿಷಯಗಳತ್ತ ಗಮನಕೊಡುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಲಿ. ಅವಳ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಇದು ಹತ್ತಿರವಾಗಿದೆ ಎನಿಸಿದ ಪಕ್ಷದಲ್ಲಿ ಲೆಕ್ಕ, ಸೂತ್ರಗಳನ್ನು ಬಿಡಿಸುವ ಕ್ರಮಗಳತ್ತ ಗಮನ ಹರಿಸಬಹುದು. ಅದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಇನ್ನಿತರ ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿರುವ ಆಸಕ್ತಿಯ ಮಟ್ಟವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಿದೆ. ಅದೂ ಸಹ ಅಂತರ್ಜಾಲದ ವಿವಿಧ ಜಾಲತಾಣಗಳ ಮೂಲಕ ಮಾಹಿತಿ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಆದುದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಮಗಳ ಮನಸ್ಸಿನ ಲೆಕ್ಕಾಚಾರದ ಕಡೆ ಹೆಚ್ಚು ಗಮನಕೊಡುವಂತಹ ಸಮಯ ಇದಲ್ಲ. ಬಿಡುವಿನ ದಿನಗಳನ್ನು ಆರಾಮವಾಗಿ ಕಳೆಯಲಿ. ಈ ವಿಷಯದ ಬಗ್ಗೆ ನೀವೂ ಸಹ ಕೊಂಚ ಸಂಯಮದಿಂದ ವರ್ತಿಸುವ ಅಗತ್ಯವಿದೆ.

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