ಡಾ.ಆ. ಶ್ರೀಧರ
ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿ

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

ನನ್ನ ಮಗ ಈಗ ಹತ್ತನೆಯ ತರಗತಿ ಸೇರಲಿದ್ದಾನೆ. ಮೈಸೂರಿನ ವಸತಿಶಾಲೆಯೊಂದರಲ್ಲಿ ಓದುತ್ತಿರುವ ಅವನು ಸದ್ಯದಲ್ಲಿ ರಜೆಗಾಗಿ ನಮ್ಮಲ್ಲಿಗೆ ಬಂದಿದ್ದಾನೆ. ಅವನಿಗೊಬ್ಬಳು 10 ವರ್ಷದ ತಂಗಿ ಇದ್ದಾಳೆ. ಅವಳ ಬಗ್ಗೆ ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಅವನಿಗೆ ಎಲ್ಲಿಲ್ಲದ ಅಸೂಯೆ ಮತ್ತು ಕೋಪ ತೋರಿಸುತ್ತಾನೆ. ಅವಳನ್ನು ಸಹ ವಸತಿ ಶಾಲೆಗೆ ಏಕೆ ಕಳುಹಿಸಿಲ್ಲವೆಂದು ಪ್ರಶ್ನಿಸುವುದರೊಂದಿಗೆ 10ನೇ ತರಗತಿಯನ್ನು ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಇದ್ದು ಓದುವುದಾಗಿ ಹಠ ಹಿಡಿದಿದ್ದಾನೆ. ನಾವೇನಾದರೂ ಒತ್ತಾಯ ಮಾಡಿದರೆ ಮನೆ ಬಿಟ್ಟು ಹೋಗುವುದಾಗಿ ಬೆದರಿಸುತ್ತಾನೆ. ಅವನ ನಡತೆಯಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗಿರುವ ಬದಲಾವಣೆಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವೇನು? ಅವನನ್ನು ಪುನಃ ವಸತಿಶಾಲೆಗೆ ಹೋಗುವಂತೆ ಮಾಡಲು ಏನಾದರೂ ಮಾರ್ಗವಿದೆಯೇ? ದಯಮಾಡಿ ತಿಳಿಸುವುದು.

ಲಕ್ಷ್ಮೀ ರಾಜೇಂದ್ರ , ಚನ್ನಪಟ್ಟಣ

ನೀವೇ ಹೇಳಿರುವಂತೆ ತಂಗಿಯತ್ತ ಅಸೂಯೆ, ಆಕ್ರೋಶಕ್ಕೆ ಮನೆಯ ಮತ್ತು ಶಾಲೆಯ ಪರಿಸರಿದಿಂದ ಉಂಟಾದ ಕಾರಣಗಳು ಇರಬಹುದು. ನಿಮ್ಮ ಮಗಳನ್ನು ಅವನೆದುರಿಗೆ ಹೆಚ್ಚಿಗೆ ಮುಚ್ಚಟೆ, ಮುದ್ದು ಮಾಡದಿರುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು. ಅವನ ಬೇಕು ಬೇಡಗಳತ್ತ ಹೆಚ್ಚು ಗಮನಹರಿಸಿರಿ. ರಜೆಗೆ ಬಂದಿರುವುದರಿಂದ ಸದಾ ಓದುತ್ತಿರು, ಟಿವಿ ನೋಡಬೇಡ, ಇದನ್ನೇ ಮಾಡು, ಅದನ್ನೆಲ್ಲ ಮಾಡಬೇಡ ಎನ್ನುವಂತಹ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಆಡುತ್ತಿದ್ದರೆ ಅದಕ್ಕೊಂದು ತಡೆ ಹಾಕಿ. ನಿಮ್ಮ ಮಗಳೆದುರಿಗೆ ಅವನನ್ನು ನಿಂದಿಸುವುದು ಅಥವಾ ಬುದ್ಧಿವಾದ ಹೇಳುವುದು ಬೇಡ. ಜೊತೆಗಾರರೊಂದಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯ ಕಳೆಯುವಂತೆ ಉತ್ತೇಜಿಸಿ. ಹೊಸ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಚರ್ಚಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಉತ್ತೇಜನ ನೀಡಿ. 10ನೇ ತರಗತಿಯ ನಂತರ ಏನು ಮಾಡುವ ಆಸೆ ಅವನಿಗಿದೆ ಎನ್ನುವಂತಹ ವಿಷಯಗಳತ್ತ ಗಮನಹರಿಸಿ. ಇದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ವಸತಿ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಅವನು ಎದುರಿಸುತ್ತಿರುವ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಯಾವ ರೀತಿಯದ್ದು ಎನ್ನುವುದನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಿ. ಬಹುಶಃ ಅವನ ಸಹಪಾಠಿಗಳು ಅಥವಾ ಕೋಣೆಯನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಂದ ಏನಾದರೂ ಹಿಂಸೆ ಆಗುತ್ತಿದೆಯೇ ಎನ್ನುವುದರತ್ತವೂ ಗಮನಹರಿಸಿ. ಒಮ್ಮೆ ಶಾಲೆಯ ಮುಖ್ಯೋಪಾಧ್ಯಯರನ್ನು ಭೇಟಿಮಾಡಿ ಅವನ ನಡೆನುಡಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಖಚಿತವಾದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಿ. ಇದಲ್ಲದೆ, ರಜೆಗೆ ಬಂದಿರುವುದರಿಂದ ಯಾವುದಾದರೂ ಕ್ರೀಡೆ, ಮನರಂಜನೆ, ಪ್ರವಾಸಿ ಜಾಗಗಳಿಗೆ ಭೇಟಿಕೊಡುವಂತೆ ಮಾಡಿ. ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ಅವನೊಂದಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯವನ್ನು ಕಳೆಯಿರಿ. ಇದಲ್ಲದೆ, ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಈ ವಯಸ್ಸಿನ ಮಕ್ಕಳ ಬಾಯಿ ಚಪಲಕ್ಕೆ ತಕ್ಕುದಾದ ತಿಂಡಿತಿನಸು ವಸತಿಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಸಿಗದಿರಬಹುದು. ಅವನ ಇಷ್ಟಪಡುವಂತಹ ಊಟ ತಿಂಡಿಗಳತ್ತ ಸ್ವಲ್ಪ ಗಮನವಿರಲಿ.

ನನಗೆ, ಮೊದಲನೆ ಪದವಿಪೂರ್ವದ ವಿಜ್ಞಾನ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಓದುತ್ತಿರುವ ಮಗಳಿದ್ದಾಳೆ. ಒಂದೇ ಮಗುವಾದುದರಿಂದ ಅವಳು ಇಷ್ಟಪಟ್ಟದ್ದನ್ನೆಲ್ಲ ಒದಗಿಸಿಕೊಟ್ಟಿದ್ದೀವಿ. ಅವಳು ತುಂಬಾ ಬುದ್ಧಿವಂತಳಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ಉತ್ತಮ ಅಂಕಗಳನ್ನು ಗಳಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಇದೆ. ಇದನ್ನು ಪರೀಕ್ಷೆಗಳಲ್ಲಿ ತೋರಿಸಿಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾಳೆ. ಮೊನ್ನೆ ನಡೆದ ಮಹಾನಗರ ಪಾಲಿಕೆಯ ಚುನಾವಣೆಯಲ್ಲಿ ಅವಳ ಗೆಳತಿಯ ಅಕ್ಕನ ಪರವಾಗಿ ಪ್ರಚಾರ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದಳು. ಒಂದಿಷ್ಟು ದುಡ್ಡುಕಾಸು ಮತ್ತು ಗಾಡಿಯಲ್ಲಿ ಓಡಾಟವು ಇತ್ತು. ಚುನಾವಣೆಯ ನಂತರದಲ್ಲಿ ನನಗೆ ಓದುವುದು ಇಷ್ಟ ಇಲ್ಲ. ರಾಜಕೀಯದಲ್ಲಿ ತುಂಬ ಆಸೆ ಇದೆ. ನನ್ನನ್ನು ಬಲವಂತ ಪಡಿಸಬೇಡಿ ಎಂದು ರಂಪಮಾಡುತ್ತಾಳೆ. ನಾವು ಅವಳಿಗೆ ಚುನಾವಣೆಯ ಕಾರ್ಯಕ್ಕೆ ಅನುಮತಿ ಕೊಟ್ಟದ್ದೆ ದೊಡ್ಡ ಅಪರಾಧವಾಯಿತು ಅನಿಸಿದೆ. ದಿಕ್ಕೇ ತೋಚದಂತೆ ಆಗಿದೆ. ಇಂತಹ ಸನ್ನಿವೇಶವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಹೇಗೆ ಮತ್ತು ಇದನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸುವುದು ಹೇಗೆ? ದಯಮಾಡಿ ತಿಳಿಸಿ.

ವಿಜಯಲಕ್ಷ್ಮೀ, ಬೆಂಗಳೂರು

ನಿಮ್ಮ ಮಗಳಲ್ಲಿರುವ ಆಸಕ್ತಿಯನ್ನು ತಿರುಚುವುದು ಬೇಡ. ಆದರೆ, ಅವಳು ರಾಜಕಾರಣಕ್ಕಾಗಿ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಬಿಡುವುದು ಸರಿಯಲ್ಲವೆನ್ನುವುದನ್ನು ಅವಳ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಅರ್ಥವಾಗುವಂತೆ ತಿಳಿಸಬೇಕು. ತಿಳಿಸುವ ಕ್ರಮದತ್ತ ಹೆಚ್ಚು ಗಮನವಿರಲಿ. ಅವಳು ಚುನಾವಣೆಯ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದರ ಫಲವಾಗಿ ಹುಟ್ಟಿಬಂದಿರುವ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ತಿರಸ್ಕಾರದಿಂದ ನೋಡುವುದು ಬೇಡ. ಹದಿಹರೆತನದ ಕೊನೆಯ ಹಂತದಲ್ಲಿರುವ ಆಕೆಯ ಮನಸ್ಸಿಲ್ಲಿ ಮುಂದಾಳುತನದ ಬಗ್ಗೆ, ಮಾನ್ಯತೆ ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕ ಅಂತಸ್ತಿನ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಒಲವು ಮೂಡಿರುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳಿವೆ. ಅವುಗಳನ್ನು ಏಕಾಏಕಿ ಅಲ್ಲಗಳೆಯುವುದು, ನಿಕೃಷ್ಟವಾಗಿ ನೋಡುವುದು ಸಿಂಧುವಲ್ಲ. ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಆತಂಕ ಮತ್ತು ಅವಳ ಭವಿಷ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಇರುವ ಕಾಳಜಿಯು ರಾಜಕಾರಣದ ಬಗ್ಗೆ ಪೂರ್ವಗ್ರಹ ಹೊರತರದಿರಲಿ. ರಾಜಕಾರಣದಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿ ಇರುವುದರೊಂದಿಗೆ ನೈಪುಣ್ಯತೆ, ಅರಿವು ಮತ್ತು ಗುರಿಯನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳುವಳಿಕೆ ಬರುವಂತೆ ಮಾಡಿ. ಈ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಅವಳ ಶಿಕ್ಷಕರು ಮತ್ತು ಸಹಪಾಠಿಗಳ ನೆರವು ಪಡೆಯುವುದು ಸೂಕ್ತ. ಹಾಗೆಯೇ ಓದುವುದರೊಂದಿಗೆ ರಾಜಕೀಯದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವುದು ಸಾಧ್ಯವೆನ್ನುವುದನ್ನು ತಿಳಿಸಿಕೊಡಿ. ನಮ್ಮ ದೇಶದ ಇಂದಿನ ಪ್ರಧಾನಿಮಂತ್ರಿಯವರು, ಅವರ ಮಂತ್ರಿಮಂಡಲದ ಸಹೋದ್ಯೋಗಿಗಳನೇಕರು ಸುಶಿಕ್ಷಿತರು ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಉದಾಹರಣೆಗಳ ಮೂಲಕ ತಿಳಿಸಿಕೊಡಿ. ಅವಳ ಪ್ರತಿವಾದಕ್ಕೆ ಹಿಂಜರಿಯಬೇಡಿ. ಇದಲ್ಲದೆ, ಇಂತಹ ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ ಪೋಷಕರಾದ ನೀವು ತುಂಬಾ ಅಸಹಾಯಕರಾಗುವುದು ಸರಿಯಲ್ಲ. ನಿಮ್ಮ ಮಗಳು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿರುವ ಈ ಅಭಿಪ್ರಾಯವನ್ನು ಒಂದೇ ದಿನದಲ್ಲಿ ಬದಲಾಯಿಸುವ ಸಾಹಸ ಬೇಡ. ತಾಳ್ಮೆ ಮತ್ತು ದೃಢಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಅವಳ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸುವುದರತ್ತ ಗಮನಕೊಡಿ.

ನನಗೆ 25 ವರ್ಷದ ಮಗನಿದ್ದಾನೆ. ಬಿಕಾಂ ಪದವೀಧರ. ಪದವಿಯ ನಂತರ ಸಣ್ಣಪುಟ್ಟ ಕಂಪನಿಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲಸಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದ. ಇದೀಗ ಒಂದೆರೆಡು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಯಾವ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡದೆ ಸದಾ ಟಿವಿ ಮುಂದೆ ಕೂತು ಕಾಲಹರಣ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾನೆ. ಹೀಗೆ ಇದ್ದರೆ ನಿನ್ನ ಗತಿ ಏನಪ್ಪ ಆಗುವುದು? ಎಂದು ಕೇಳಿದರೆ ಆಸ್ತಿಪಾಸ್ತಿ ಇದೆಯಲ್ಲ ಎನ್ನುತ್ತಾನೆ. ಅವನು ತಿಳಿದಿರುವಂತಹ ಆಸ್ತಿಪಾಸ್ತಿ ಏನು ಇಲ್ಲ. ಸಣ್ಣದೊಂದು ಕಿರಾಣಿ ಅಂಗಡಿ ಇದೆ. ಇವನಿಗೆ ಬೇರೆಲ್ಲ ವಿಷಯದಲ್ಲೂ ಆಸಕ್ತಿ ಇದೆ. ಕ್ರಿಕೆಟ್, ಸಿನಿಮಾಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಎಲ್ಲವೂ ತಿಳಿದಿದೆ. ಆದರೆ, ನೌಕರಿ ಮಾಡುವುದಾಗಲಿ, ಹೆಚ್ಚು ಓದುವುದಾಗಲಿ, ನಮ್ಮ ನೆರವಿಗೆ ಬರುವುದಾಗಲಿ ಅವನ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಬಂದಿಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಮನಃಸ್ಥಿತಿ ತೀರ ಹದಗೆಟ್ಟಿದೆ. ಈ ಸನ್ನಿವೇಶದಿಂದಾಗಿ ತುಂಬಾ ಬೇಸತ್ತಿದ್ದೀವಿ. ನಾವು ಹೇಗೆ ವರ್ತಿಸಬೇಕು ಎನ್ನುವುದೇ ತಿಳಿಯುತ್ತಿಲ್ಲ. ದಯಮಾಡಿ ತಿಳಿಸಿಕೊಡಿ.

ಅಂಗಡಿ ಪಾಟೀಲ, ರಾಯಚೂರು

ಗಟ್ಟಿಮುಟ್ಟಾಗಿ ಬೆಳೆದು ನಿಂತಿರುವ ನಿಮ್ಮ ಮಗನ ಸ್ವಭಾವದ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ಕಠಿಣವಾಗಬೇಕಾಗಿದೆ. ವಯಸ್ಕನಾಗಿರುವ ಆತ ಪದವೀಧರನಾಗಿದ್ದು ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಬೇಕಾದ ದೈಹಿಕ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಹೊಂದಿದ್ದಾನೆ ಎನ್ನುವುದರಲ್ಲಿ ಸಂದೇಹವಿಲ್ಲ. ಮನರಂಜನೆಯ ಮೂಲಕವೇ ದಿನವೆಲ್ಲ ಕಳೆಯಬೇಕೆನ್ನುವ ಯುವಕ ಯುವ ಸಮುದಾಯಕ್ಕೆ ಒಂದು ಕಳಂಕ ಎಂದೆನ್ನಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ನೀವು ಈ ಮಾತನ್ನು ಈಗಲಾದರೂ ಅವನಿಗೆ ಹೇಳಿ. ಮತ್ತೆ ಅವನ ಸಂಪಾದನೆಯಿಂದಲೇ ಬದುಕುವುದನ್ನು ಕಲಿಯಬೇಕೆಂಬುದನ್ನು ಮನದಟ್ಟು ಮಾಡಲೇ ಬೇಕಾಗಿರುವ ಸನ್ನಿವೇಶವಿದು. ಯಾವ ವಿಧದ ಮಾನಸಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಇಲ್ಲದಿರುವಂತಹ ಈ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಕಠಿಣವಾಗಿ ವರ್ತಿಸಬೇಕಾಗಿರುವುದು ನಿಮ್ಮ ಕರ್ತವ್ಯ. ಈ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ನೀವು ಸುಮ್ಮನಿರುವುದು ಸರಿಯಲ್ಲ. ಇದಲ್ಲದೆ ಅವನ ಗೆಳೆಯರು, ಆತ್ಮೀಯರು ಮತ್ತು ನೆಂಟರಿಷ್ಟರ ಮೂಲಕವೂ ತಿಳುವಳಿಕೆ ಕೊಡಿಸಿ.

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