ಆರ್ಥಿಕವಾಗಿ ಸಬಲರಾಗಿದ್ದೀರಾ? ಮನೆ ದೊಡ್ಡದು ಬೇಕಾಗಬಹುದು. ವಾಹನದ ಅಗತ್ಯ ದ್ವಿಚಕ್ರದಿಂದ ನಾಲ್ಕು ಚಕ್ರಕ್ಕೆ ಜಿಗಿಯುತ್ತದೆ. ದುಬಾರಿಯಾಗಿರುವ ಶಿಕ್ಷಣ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಉತ್ತಮ ಶಿಕ್ಷಣ ಕೊಡಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವೆ? ಈ ಎಲ್ಲ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ವಾಸ್ತವದ ನೆಲೆಗಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ನೋಡಿ ನಿರ್ಧರಿಸಿ.

- **ವಯಸ್ಸಿನ ಅಂತರವನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸಿ**

ಎರಡನೇ ಮಗುವನ್ನು ಪಡೆಯುವ ನಿರ್ಧಾರ ಪಕ್ಕಾ ಆಗಿದ್ದರೆ ವಯಸ್ಸಿನ ಅಂತರದ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಿ. ನಿಮ್ಮ ದೇಹವು ಚೇತರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ನಿಮ್ಮ ಮೊದಲ ಗರ್ಭಧಾರಣೆಯ ನಂತರ ನೀವು ಕನಿಷ್ಠ 18 ತಿಂಗಳುಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತೀರಿ ಎಂದು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. 24 ವರ್ಷಗಳ ಕಡಿಮೆ ವಯಸ್ಸಿನ ಅಂತರವು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಆಟದ ಜೊತೆಗಾರರಾಗಿ ಒಟ್ಟಿಗೆ ಬೆಳೆಯಲು ಅನುವು ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಐದು ವರ್ಷಕ್ಕಿಂತ ಕಡಿಮೆ ವಯಸ್ಸಿನ ಇಬ್ಬರು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಬೆಳೆಸುವುದು ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಬಳಲಿಸಬಹುದು.

- **ಮೊದಲ ಮಗುವಿನ ಆರೋಗ್ಯ ಪರಿಗಣಿಸಿ**

ಮೊದಲನೇ ಮಗುವು ಆರೋಗ್ಯವಾಗಿದೆಯೇ ಎಂಬುದನ್ನು ನೋಡಿ. ಮಗುವಿಗೆ ಯಾವುದೇ ಆನುವಂಶಿಕ ಕಾಯಿಲೆಗಳು ಬಂದಿಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಮೊದಲನೇ ಮಗುವಿನ ಆರೋಗ್ಯದದಲ್ಲಿ ಸಮಸ್ಯೆ ಕಂಡುಬಂದರೆ ಅದರ ಮೂಲ ಮತ್ತು ಕಾಯಿಲೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ತಿಳಿದುಕೊಂಡು ಎರಡನೇ ಮಗುವಿನ ಬಗ್ಗೆ ವೈದ್ಯರಲ್ಲಿ ಸಮಾಲೋಚಿಸಿ.

- **ಮೊದಲನೇ ಮಗುವಿನ ಗುಣ–ಸ್ವಭಾವ ಪರಿಗಣಿಸಿ**

ಮೊದಲನೇ ಮಗುವು ಅಕ್ಕಪಕ್ಕದ ಮಕ್ಕಳೊಂದಿಗೆ ಹೇಗೆ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನೋಡಿ. ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಮಗುವೊಂದು ಇರಬೇಕು ಎಂಬ ಸಣ್ಣ ಹಂಬಲ ಅದಕ್ಕಿದೆಯೇ ಎಂದು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಹೊಂದಾಣಿಕೆಯ ಗುಣಗಳು ತಂದೆ ತಾಯಿಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಮಟ್ಟಿಗಾದೂ ಅನುಭವಕ್ಕೆ ಬರುವುದರಿಂದ ಇದನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸಬೇಕು.

> ಎಷ್ಟು ಮಕ್ಕಳಿರಬೇಕು? ಯಾವಾಗ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು? ಎಂಬುದು ಅವರವರ ವೈಯಕ್ತಿಕ ನಿರ್ಧಾರ. ಆದರೆ ಈ ಕುರಿತು ಗೊಂದಲ ಕಾಡುವುದೂ ಸಾಮಾನ್ಯ. ಒಂದು ದಿಕ್ಕಿನಿಂದ ಸರಿ ಅನಿಸಿದ ನಿರ್ಧಾರಗಳೇ ಮತ್ತೊಂದು ದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿ ನಿಂತು ನೋಡಿದರೆ ತಪ್ಪೇನೋ ಅಂತ ಅನುಮಾನ ಶುರುವಾಗುತ್ತದೆ. ಹಾಗಾದರೆ ನಿರ್ಧಾರ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಹೇಗೆ?

- **ಎರಡನೇ ಮಗುವಿನ ಆಗಮನಕ್ಕೆ ಮೊದಲನೇ ಮಗುವನ್ನು ಸಿದ್ಧಗೊಳಿಸಿ**

ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ತಮ್ಮನೋ ತಂಗಿಯೋ ಬರುತ್ತದೆ ಎಂದು ಹೇಳುವ ಬದಲು, 'ಒಂದು ಪುಟ್ಟ ಮಗು ಬರುತ್ತದೆ' ಎಂದು ಮೊದಲ ಮಗುವನ್ನು ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಿ. ಗಂಡಾದರೂ ಸರಿ, ಹೆಣ್ಣಾದರೂ ಸರಿ. ಮೊದಲ ಮಗು ಮುಕ್ತವಾಗಿ ಅದನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಿನಗೆ ತಮ್ಮ ಬೇಕೋ? ತಂಗಿಯೋ? ಎಂಬ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಕೇಳಲೇಕೂಡದು. ಮೊದಲನೇ ಮಗು ಎರಡನೇ ಮಗುವನ್ನು ಸ್ವಾಗತಿಸಲು ಬೇಕಾದ ಆಟದ ಸಾಮಾನುಗಳನ್ನು ತಂದಿಡಿ. ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಅಜ್ಜ ಅಜ್ಜಿ ಇತರರು ಇದ್ದರೆ ಅವರೊಂದಿಗೆ ಮಗುವನ್ನು ಮುಕ್ತವಾಗಿ ಬಿಡಿ. ಆಗ ಮಗುವು ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳುವ ಗುಣದ ಜೊತೆಗೆ ನಿಮ್ಮ ಸಮಯ ಕೂಡ ಉಳಿಯುತ್ತದೆ.

- **ಮೊದಲ ಮಗುವಿಗೆ ಸುರಕ್ಷಿತ ಭಾವನೆ ಮೂಡಿಸುವುದು**

ಈ ತನಕ ತಂದೆ ತಾಯಿ ಸೇರಿದಂತೆ ಮನೆಯವರೆಲ್ಲರ ಕೇಂದ್ರಬಿಂದುವಾದ ಮಗು, ಎರಡನೆಯ ಮಗು ಬಂದ ಕೂಡಲೇ ಮನೆಯವರ ಗಮನ ತನ್ನಿಂದ ಆಚೀಚೆ ಸರಿದರೆ ಕಸಿವಿಸಿ ಅನುಭವಿಸಬಹುದು. ಎರಡನೆಯ ಮಗು ಬಂದಾಗ ಮೊದಲನೇ ಮಗುವಿಗೆ ಅಭದ್ರತೆ ಕಾಡಬಹುದು. ಈ ಕುರಿತು ಎಚ್ಚರಿಗೆ ವಹಿಸಿ.

ಇಷ್ಟೆಲ್ಲ ಆಗಿಯೂ ಅನಪೇಕ್ಷಿತ ಗರ್ಭಧಾರಣೆಗಳು ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತವೆ ಎಂದು ಖಚಿತವಾಗಿ ಹೇಳುವಂತಿಲ್ಲ. ಯಾಕೆಂದರೆ ಇದು ದಂಪತಿಯ ನಿರ್ಧಾರದ ಮೇಲಷ್ಟೇ ಅವಲಂಬಿತವಾಗಿದ್ದಲ್ಲ. ಅದು ಅವರು ವಹಿಸುವ ಎಚ್ಚರಿಕೆ ಮತ್ತು ಅನುಸರಿಸುವ ಗರ್ಭಧಾರಣೆ ತಡೆ ವಿಧಾನಗಳನ್ನೂ ಅವಲಂಬಿಸಿದೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಇದಕ್ಕೆ ದಂಪತಿಯ ವಿವೇಕ ಮತ್ತು ಜಾಗರೂಕತೆಯೊಂದೇ ಕೊನೆಯ ಪರಿಹಾರ ಎನ್ನಬಹುದು.

ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಿ: **feedback@sudha.co.in**