



## ನಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳು ಹೀಗೇಕೆ?



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

▶ ನನಗೆ 5 ಮತ್ತು 8 ವರ್ಷದ ಗಂಡು ಮಕ್ಕಳಿದ್ದಾರೆ. ಅವರು ಹುಟ್ಟಿ ಬೆಳೆದಿದ್ದು ಹೊರದೇಶದಲ್ಲಿ. ನನ್ನ ಮನೆ ಮಾತು ಕನ್ನಡವಾದರೂ ನನ್ನ ಗಂಡನ ತಾಯಿ ನುಡಿ ಬೇರೆ. ಅವರಿಗೂ ಅಲ್ಪಸ್ವಲ್ಪ ಕನ್ನಡ ಬರತ್ತೆ. ನಾವೀಗ ಬೆಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿ ಬಂದು ನೆಲೆಸಿ ಸುಮಾರು ಹನ್ನೆರಡು ತಿಂಗಳುಗಳಾಗಿರಬಹುದು. ಮಕ್ಕಳು ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಇಂಗ್ಲಿಷಿನಲ್ಲಿ ಮಾತಾಡುತ್ತಾರೆ. ಶಾಲೆಯಲ್ಲೂ ಸಹ ಇಂಗ್ಲಿಷ್. ನನ್ನ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಕನ್ನಡ ಭಾಷೆಯ ಪರಿಚಯವಿದ್ದರೂ ಓದಲು, ಬರೆಯಲು ಬರುವುದಿಲ್ಲ. ಆದುದರಿಂದಲೋ ಏನೋ ಕನ್ನಡ ಮಾತಾಡುವುದಕ್ಕೂ ಮುಜುಗರ ಇರಬಹುದು. ಇದು ಹೀಗೆಯೇ ಮುಂದುವರೆಯಬಾರದೆಂಬ ಮನಸ್ಸು ನನ್ನದು. ನನ್ನ ಮಕ್ಕಳು ಯಾವ ಮುಜುಗರವೂ ಇಲ್ಲದಂತೆ ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿ ಸರಿಯಾಗಿ ಮಾತಾಡುವುದು/ವ್ಯವಹರಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಯಾವ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವುದು ಸೂಕ್ತವೆನ್ನುವುದನ್ನು ತಿಳಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವೆ?

-ಪ್ರಿಯದರ್ಶಿನಿ ರಾವ್, ಮೈಸೂರು

ಕನ್ನಡದ ನೆಲದಲ್ಲಿ ದ್ವಾಗಲಾದರೂ ಕನ್ನಡವನ್ನು ಮಾತಾಡಲೇ ಬೇಕು ಎನ್ನುವಂತಹ ಸದ್ಭಾವೆ ನಿಮ್ಮ ಮನಮಂದಿಯಲ್ಲಿ ಸದಾ ಇರಲಿ. ಮನೆ ಭಾಷೆ ಕನ್ನಡವಾಗಿರದಿರುವುದರಿಂದ ಅದನ್ನು ಶಿಸ್ತಿನಿಂದ ಕಲಿಯುವ ಪ್ರಯತ್ನವಾಗಬೇಕು. ನಿಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಕನ್ನಡ ಗೊತ್ತಿದೆ, ಆದರೆ ಬಳಸುವುದಕ್ಕೆ ಹಿಂಜರಿತ. ಇದನ್ನು ಬದಲಿಸುವುದು ಕಷ್ಟವೇನಲ್ಲ. ಮಕ್ಕಳೊಂದಿಗೆ ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿ ಮಾತಾಡಿ. ಅನ್ಯ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಅವರು ಮಾತಾಡಿದರೂ ನಿಮ್ಮ ಜವಾಬು ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿ ರಲಿ. ಸರಳ ಮತ್ತು ಸುಲಭವಾಗಿ ಉಚ್ಚಾರಣೆಗೆ ಸಿಗುವ ಪದಗಳನ್ನು ನಿಮ್ಮ ನಿತ್ಯದ ಸಂಭಾಷಣೆಯಲ್ಲಿ ಸೇರಿಸಿ. ಆದಷ್ಟು ಅಂಕಲ್, ಅಂಟ ಪದಗಳನ್ನು ದೂರವಿರಿಸಿ. ಕುಟುಂಬ ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನು ಸೂಚಿಸುವ ನೇರ ಪದಗಳನ್ನು ಬಳಸುವುದು ನಿಮ್ಮಿಂದಲೇ ಆರಂಭವಾಗಬೇಕು. ಅಪ್ಪ-ಅಮ್ಮ, ಚಿಕ್ಕಪ್ಪ-ಚಿಕ್ಕಮ್ಮ, ಅಣ್ಣ-ತಂಗಿ ಪದಗಳನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸುವುದರಲ್ಲಿ ಅರ್ಥವೂ ಇದೆ, ಆನಂದವೂ ಸಿಗಬಲ್ಲದು. ಪ್ರಾಣಿ, ಪಕ್ಷಿ, ಗಿಡ, ಮರ, ಹೂವು, ತರಕಾರಿ, ಹಣ್ಣುಗಳ ಹೆಸರನ್ನು ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿಯೇ ಹೇಳುವಂತೆ ಮಾಡಿ. ತಪ್ಪಾಗಿ ಹೇಳಿದರೆ ಹೀಯಾಳಿಸುವುದು ಬೇಡ. ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ತೊದಲುವುದು, ತಪ್ಪಾಗಿ ಹೇಳುವುದು ಹಿಂಜರಿತ ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ ಕಲಿಯುವ ಕ್ರಮವದು ಎನ್ನುವುದರ ಮೂಲಕ ಕಲಿಕೆಯ ವಿಶ್ವಾಸ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ. ಆದುದರಿಂದ ಇಂತಹ ಹಿಂಜರಿತಗಳನ್ನು ಬದಿಗೊತ್ತಿ ಕಲಿಕೆ ಮುಂದುವರೆಯಲಿ. ಉತ್ತಮ ಕನ್ನಡ ಚಿತ್ರಗಳು, ದಿನ ಮತ್ತು ವಾರ ಪತ್ರಿಕೆಗಳನ್ನು ಪರಿಚಯಿಸಿ. ಬಹಳಷ್ಟು ಕನ್ನಡ ದಿನಪತ್ರಿಕೆ/ ವಾರಪತ್ರಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಸರಳ ಕನ್ನಡದ ಪದಗಳಿರಬೇಕಾದ ಕಡೆ ಇಂಗ್ಲಿಷ್ ಇರುತ್ತದೆ, ಇದು ಅನುಕರಣೆಗೆ ಸೂಕ್ತವಲ್ಲದ ಶೈಲಿ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಮರೆಯಬೇಡಿ. ಮಾತಾಡುವ ಮೊದಲು ಭಾಷೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಅಭಿಮಾನವಿರಲಿ. ಪರೀಕ್ಷೆ, ಅಂಕಗಳಿಗಾಗಿ ಕನ್ನಡ ಕಲಿಯುವ ಕ್ರಮದಿಂದ ದೂರವಿದ್ದಷ್ಟು ಉತ್ತಮ. ಮಕ್ಕಳು ಕನ್ನಡ ಕಲಿಯುವಾಗ ಅದು ಅಂತರಂಗವನ್ನು ಮುಟ್ಟಬಲ್ಲ ಭಾಷೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ತಾಯಿಯಾದ ನೀವು ಸ್ಪಷ್ಟಪಡಿಸುವುದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ಪರಿಚಯವಿರುವ ಇನ್ನೊಂದು ಭಾಷೆಯೊಂದಿಗೆ ಹೋಲಿಸದೆ, ಅವಹೇಳನ ಮಾಡದೆ ಕನ್ನಡ ಕಲಿಕೆಯಾಗಬೇಕು. ಮಾತನಾಡುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಉತ್ತಮಗೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಂತೆಯೇ ಬರೆಯುವುದು, ಓದುವುದರ ಕಡೆ ಗಮನ ಹರಿಸಬಹುದು. ಭಾಷೆಗೂ, ಭಾವಕ್ಕೂ ಹತ್ತಿರದ ನೆಂಟಿರುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಸದಾ ಗಮನದಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಸಂಪರ್ಕ ನಿಮ್ಮಿತ್ತ ಕ್ಕಾಗಿ ಭಾಷೆಯನ್ನುವುದು ನಿಜವೇ ಆಗಿದ್ದರೂ ವ್ಯಕ್ತಿ ಮನಸ್ಸಿನೊಳಗೆ ಸಂಸ್ಕೃತಿ, ಇತಿಹಾಸದ ಬಲಗಳನ್ನು ತುಂಬಿಸುವ ಶಕ್ತಿ ಅದಕ್ಕಿರುವಷ್ಟು ಬೇರೆ ಯಾವ ಮಾಧ್ಯಮಕ್ಕೂ ಇಲ್ಲ. ಆದುದರಿಂದ ಆಸಕ್ತಿಯಿಂದ ಕಲಿಯುವುದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ.

▶ ನಾನು ವೃತ್ತಿಯಲ್ಲಿ ವೈದ್ಯ. ನನ್ನ ಮಗನಿಗೆ 26ವರ್ಷ. ಎಂಬಿವ ಪದವೀಧರ. ಮೂರು ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ಉದ್ಯಮಿಯೊಂದರಲ್ಲಿ ಒಳ್ಳೆಯ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿದ್ದ. ಆದರೆ ಮನಸಾರೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿಲ್ಲ ಎಂದು ಕೆಲಸ ಬಿಟ್ಟುಬಂದ. ಈ ನಮೂನೆಯ ಸ್ವಭಾವ ಬಾಲ್ಯದಿಂದಲೂ ಅವನಲ್ಲಿದೆ. ಪ್ರತಿಯೊಂದರ ಬಗ್ಗೆಯೂ ಆಸಮಾಧಾನ, ಅತ್ಯಪ್ಪಿ. ಹಾಗೆಂದ ಮಾತ್ರಕ್ಕೆ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸದಲ್ಲಿ ಹಿಂದೆ ಬಿದ್ದಿರಲಿಲ್ಲ. ಬಾಲ್ಯದುದ್ದಕ್ಕೂ ಮಾತಿನ ತೊಂದರೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಇತ್ತು (ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಮಾತ್ರ ತಡವರಿಸಿ ಮಾತಾಡುವುದು). ಕಾಲೇಜು ಸೇರಿದ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಇದು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಿಂತಿತು. ಆದರೂ ತುಂಬಾ ಕಡಿಮೆ ಮಾತಾಡುವ ಸ್ವಭಾವ. ಸಣ್ಣ ವಯಸ್ಸಿನಿಂದಲೇ ಟಿವಿ, ಕಂಪ್ಯೂಟರ್, ಮೊಬೈಲ್ ಅವನ ಹತ್ತಿರದ ಸಂಗಾತಿಗಳು. ಈಗ ನಮ್ಮನ್ನು ಕಾಡುತ್ತಿರುವ ಸಮಸ್ಯೆಯಿಂದಲೇ ಅವನ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಕ್ಕೆ ಅನುಗುಣವಾದ ಕೆಲಸ ಸಿಕ್ಕರೂ ಅತ್ತ ಮನಸ್ಸು ಇಲ್ಲವೆಂದು ಹಿಂಜರಿಯುತ್ತಾನೆ. ತಜ್ಞರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಪಡೆಯುವಂತೆ ಸಾಕಷ್ಟು ಬಾರಿ ಸೂಚಿಸಿದ್ದೇವೆ. ಅದರಿಂದ ಯಾವ ಪ್ರಯೋಜನವೂ ಇಲ್ಲವೆಂದು ವಾದಿಸುತ್ತಾನೆ. ಮನಸ್ಸಿನ ತಳಮಳಕ್ಕೆ ಯಾವ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯೂ ಇಲ್ಲ. ಜಾಣತನದ ಮಾತಿನಿಂದ ಮನಸ್ಸಿನ ತೊಂದರೆಗಳನ್ನು ತೊಡೆದು ಹಾಕಬಹುದು ಎನ್ನುವುದು ಸುಳ್ಳು ಎನ್ನುತ್ತಾನೆ. ಇವೆಲ್ಲ ಪೂರ್ವಾರ್ಥಕ ಕರ್ಮ, ನಾನು ಅನುಭವಿಸಬೇಕು, ನೀವೂ ಅನುಭವಿಸಬೇಕೆನ್ನುತ್ತಾನೆ. ಅವನ ಈ ತರ್ಕವನ್ನು ಒಪ್ಪಬೇಕೋ, ಬಿಡಬೇಕೋ ಒಂದೂ ತಿಳಿಯುತ್ತಿಲ್ಲ. ಅವನನ್ನು ಕಾಡಿಹಿಡಿಯುವ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಯಾವುದಿರಬಹುದು? ಅವುಗಳಿಗೆ ಪರಿಹಾರದ ಮಾರ್ಗವೇನು ಎನ್ನುವುದನ್ನು ದಯಮಾಡಿ ತಿಳಿಸಿ.

-ಶಿವಾಂಗಿನಿ, ಶಿಗ್ಗಾವಿ

ಹೀಗೆ ಮಾತಾಡುವುದು ಕೆಲವರಲ್ಲಿ ಸರಳ ಸ್ವಭಾವವಾಗಿರಬಹುದು ಅಥವಾ ಮಾನಸಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಯೂ ಆಗಿರಬಹುದು. ಹಾಗೆಂದು ಅವನನ್ನು ಹಿಂದೆಳೆಯುತ್ತಿರುವ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ತಿಳಿಯಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ ಎನ್ನುವುದು ತಪ್ಪು. ನಿಮ್ಮ ಮಗನ ಮಾನಸಿಕ ಗೊಂದಲಗಳು ಇಂದು ನಿನ್ನೆಯಿಂದ ಹುಟ್ಟಿದಲ್ಲ. ಬಾಲ್ಯದಿಂದಲೇ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸುವ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಮತ್ತು ನಿರುತ್ತಾಹದ ರೀತಿಯನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವವರಲ್ಲಿ ಇಂತಹ ಮನೋಭಾವ ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ನಿಂತುಬಿಟ್ಟಿರುತ್ತದೆ. ವೃತ್ತಿಪರ ಶಿಕ್ಷಣ ಪಡೆದಿರುವ ಅವನಲ್ಲಿ ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಬಾಳಲು ಬೇಕಾದಷ್ಟು ಮಾರ್ಗಗಳಿವೆ ಎನ್ನುವ ಅರಿವು ಮೂಡಬೇಕಿದೆ. ಶರೀರಕ್ಕೆ ರೋಗ ಬರುತ್ತದೆ, ಅದನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ ಮದ್ದು ಕೊಡುತ್ತಾರೆ. ಮನಸ್ಸು ಶರೀರದ ಅಂಗಾಂಗಗಳಂತೆ ಅಲ್ಲದಿದ್ದರೂ, ಅದರ ಕಾರ್ಯಾಚರಣೆ ಯಾವುದೇ ಅಂಗದ ಕಾರ್ಯಾಚರಣೆಗಿಂತಲೂ ಭಿನ್ನ ಆಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಅದಕ್ಕೂ ಅಡ್ಡಿ, ಅಡಚಣೆಗಳು ಉಂಟಾಗಬಹುದು. ವ್ಯಕ್ತಿಗದು ತಿಳಿಯದಿರಬಹುದು, ತಿಳಿದಿದ್ದರೂ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳದಿರಬಹುದು. ಆದರೆ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಮನಸ್ಸಿನ ಕಾರ್ಯಾಚರಣೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಕ್ರಮಬದ್ಧವಾಗಿ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಅವಕಾಶಗಳಿವೆ. ಕೆಲವು ಮಾನಸಿಕ ದುಸ್ಥಿತಿಗಳಿಗೆ ಆಸ್ಪತ್ರೆ, ಔಷಧೋಪಚಾರಗಳೂ ಇವೆ. ಸಲಹೆ, ಮಾರ್ಗದರ್ಶನಗಳ ಮೂಲಕ ವ್ಯಕ್ತಿ ಮನಸ್ಸಿನ ಬಗ್ಗೆ ಹೊಸ ವಿಷಯಗಳು ಗೋಚರಿಸಬಲ್ಲದು. ಹೀಗೆ ಮಾಡುವ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಮನೋಚಿಕಿತ್ಸೆ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಕೇವಲ ಮಾತಿನ ಮೂಲಕ ಮಾನಸಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳೆಲ್ಲವನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುತ್ತಾರೆಂದು ವಾದಿಸುವುದರಲ್ಲಿ ಅರ್ಥವಿಲ್ಲ. ಮಾತಿನ ಮೂಲಕ ಮಾನಸಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಪರಿಹಾರವಾಗಬಲ್ಲವು ಎನ್ನುವುದಕ್ಕೆ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಇತಿಹಾಸವಿದೆ. ಮನಸ್ಸಿನ ಸ್ಥಿತಿಗಿತಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಹೊಸ ಸಂಶೋಧನೆಗಳು, ಅಧ್ಯಯನ, ಪ್ರಯೋಗಗಳು ನಡೆಯುತ್ತಲೇ ಇವೆ. ಮಾನಸಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೂ ಮಾತಿನ ಅಗತ್ಯವಿರುತ್ತದೆ. ಜೊತೆಗೆ ಪರಿಹಾರದ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಮಾತಿಗೆ ತುಂಬಾನೇ ಬೆಲೆ ಇರುತ್ತದೆ. ರೋಗಿ ಮತ್ತು ವೈದ್ಯನ ನಡುವೆ ಹುಟ್ಟಿಕೊಳ್ಳುವ ಉತ್ತಮ ಬಾಂಧವ್ಯದ ಮೂಲಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಮೂಲದ ಶೋಧನೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ನಿಮ್ಮ ಹುಡುಗನ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿರುವ ಭಾವನೆ, ಅನಿಸಿಕೆಗಳೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಮನೋತಜ್ಞರು ಖಂಡಿತ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಮನಸ್ಸು ಕಣ್ಣಿಗೇನು ಗೋಚರಿಸದಿದ್ದರೂ ಅದರ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಂತೂ ಕಾಣಿಸುವಂತಹದ್ದೇ. ನಿಮ್ಮ ಮಗನ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿರುವ ಸಂಶಯಗಳು, ಹತಾಶೆ ಮತ್ತು ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಅವನಿಂದಲೇ ಆಗಬೇಕು.

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