



ಶಾಲೆಗೆ ಹೋಗುವ ಮಗುವನ್ನು ಅಮ್ಮ ಅಗಲುವುದು ಅನಿವಾರ್ಯ. ಕಚೇರಿಗೆ ಹೋಗುವ ತಾಯಿಗೆ ಮಗುವನ್ನು ಬಿಟ್ಟಿರುವ ಸಂಕಟ. ಈ ಅಗ್ನಿಪರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಎಲ್ಲ ಪೋಷಕರೂ ಎದುರಿಸುವುದು ಅನಿವಾರ್ಯ.

ಅಗಲುವಿಕೆಯ ಅಗ್ನಿಪರೀಕ್ಷೆ

ಬದುಕು ಅಭ್ಯಾಸಗಳ ಒಂದು ಮೂಟೆ ಎಂದು ಹಿರಿಯರು ಹೇಳುವುದುಂಟು. ನಮಗೆ ಬಾಲ್ಯದಿಂದಲೇ, ಪ್ರತಿದಿನವೂ ಯಾವುದಾದರೂ ಕೆಲಸವನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಿ ಅಭ್ಯಾಸವಾಗಿದ್ದರೆ, ನಂತರದ ದಿನಗಳಲ್ಲೂ ಅದು ಎಷ್ಟೇ ಕಷ್ಟಕರವಾಗಿದ್ದರೂ ನಿರ್ವಹಿಸಲು ಹೊರೆಯಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಅಂತಹ ಕೆಲಸಗಳು ಸುರಳಿತವಾಗಿಬಿಡುತ್ತವೆ. ವಯಸ್ಸಾದ ಮೇಲೆಯೂ ಅಭ್ಯಾಸಬಲದ ಮೇಲೆಯೇ ಕಠಿಣ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುವವರಿದ್ದಾರೆ. ರೈಲು ನಿಲ್ದಾಣಗಳಲ್ಲಿ ಮೂಟೆ ಹೊರುವ ಶ್ರಮಿಕರಲ್ಲಿ ಹಿರಿಯರು, ವಯಸ್ಸಾದವರು ಇರುವುದನ್ನು ಗಮನಿಸಬಹುದು. ಅವರ ಬೆನ್ನು ಬಾಗಿ, ಚರ್ಮ ಸುಕ್ಕಾಗಿರುತ್ತದೆ. ರೈಲಿನಿಂದ ಇಳಿಯುವ ನವಯುವಕರು ಲಗೇಜನ್ನು ಹೊತ್ತು ಸಾಗಲಾಗದೇ ಏದುಸಿರು ಬಿಡುತ್ತ, ಆ ಬ್ಯಾಗುಗಳನ್ನು ಅವರಿಗೆ ಕೊಡುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಲೀಲಾಜಾಲವಾಗಿ ಲಗೇಜನ್ನು ಬೆನ್ನಿಗೆರಿಸಿಕೊಂಡು ನಡೆಯುತ್ತಾರೆ. ಇದೊಂದು ಸಾಮಾನ್ಯ ದೃಶ್ಯವಾದರೂ ಎಷ್ಟೋ ಸಾರಿ ಅಚ್ಚರಿಯೆನಿಸಬಹುದು.

ದೇಹದ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಅಭ್ಯಾಸ, ರೂಢಿಗಳು ಒಂದು ತೆರನಾದರೆ, ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಅಭ್ಯಾಸಗಳು ಮತ್ತೊಂದು ತೆರನಾದವು. ಬದುಕಿನೊಳಗೆ ಮಕ್ಕಳ ಪ್ರವೇಶವಾಗುವಾಗಲೇ ಅನೇಕ ಹೊಸ ಅಭ್ಯಾಸಗಳು ಆರಂಭವಾಗುತ್ತವೆ. ಅಮ್ಮನಾದವಳ ಪಾಲಿಗೆ ಈ ಬದಲಾವಣೆಯು ಮಗುವನ್ನು ಬರಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ನಿರ್ಧರಿಸಿದ ದಿನದಿಂದಲೇ ಆರಂಭವಾಗುತ್ತವೆ. ಸುಮಾರು ನಾಲ್ಕುವರೆ ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ಒಂದರೆ ಕ್ಷಣವೂ ಬಿಡದೇ ಮಗುವಿನ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿರುವ ಅಮ್ಮನಿಗೆ ಅಗಲುವಿಕೆಯ ಭಯ ಶುರುವಾಗುವುದು ಮಗುವನ್ನು

ಶಾಲೆಗೆ ಕಳುಹಿಸುವ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ. ಕಚೇರಿಗೆ ತೆರಳಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವ ಮಹಿಳೆಯರಾದರೆ, ಪುಟ್ಟ ಕಂದನನ್ನು ಶಿಶುಮಂದಿರದಲ್ಲಿ ಬಿಟ್ಟು ಹೋಗಬೇಕಾದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಅಗಲುವಿಕೆಯ ನೋವಿನ ಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ದಾಟುವ ಅನಿವಾರ್ಯತೆ ಎದುರಾಗುತ್ತದೆ.

ಪಾಲನೆ ಪೋಷಣೆಯ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಅಪ್ಪ-ಅಮ್ಮನಿಗೂ, ಮಗುವಿಗೂ ಅಗಲುವಿಕೆಯ ನೋವು ಇದ್ದದ್ದೇ. ಅದನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿ ದಾಟಬೇಕಾದ ವಿಧಿಯಿಲ್ಲ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಅಮ್ಮನನ್ನು ಅಗಲುವ ನೋವು ಮಕ್ಕಳು ಸುಮಾರು ನಾಲ್ಕೈದು ತಿಂಗಳಿದ್ದಾಗಲೇ ಕಾಡಲು ಶುರುವಾಗುತ್ತದೆ. ನಾಲ್ಕೈದು ತಿಂಗಳಿನ ಶಿಶುವಿಗೆ ಪರಿಸರದ ಅರಿವು ಮೂಡುತ್ತಲೇ ತಾನು ಅಮ್ಮನ ತೋಳಿಂಟು ನಮ್ಮದಿಯ ವಾತಾವರಣದಿಂದ ಬೇರೆಯಾಗುತ್ತಿದ್ದೇನೆ ಎಂಬ ಅರಿವು ತಳಮಳ ಹುಟ್ಟಿಸುತ್ತದೆ. ತಮ್ಮನೋ ತಂಗಿಯೋ ಬರುವ ನಿರೀಕ್ಷೆಯಿದ್ದಾಗ ಈ ತಳಮಳ ಮತ್ತಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚಾಗುವುದುಂಟು. ಅಥವಾ ಶಾಲೆಗೆ ತೆರಳುವಾಗ ರಚ್ಚಿ ಹಿಡಿಯುವ ಮಕ್ಕಳು ಬಹುತೇಕರಿದ್ದಾರೆ. ಈ ತಳಮಳ, ಅಗಲುವಿಕೆಯ ನೋವು ಅಮ್ಮನ ಪಾಲಿಗೆ ತೀವ್ರವಾಗಿದ್ದರೂ, ಲಾಲನೆ ಪಾಲನೆಯ ಭರಾಟೆಯಲ್ಲಿ ಅದನ್ನು ಗಮನಿಸುವವರು ಬಹಳ ಕಡಿಮೆ. ಮಗುವನ್ನು ಅಗಲುವಿಕೆಯ ಆತಂಕವನ್ನು ದೇಹವು ಮನಸ್ಸಿನ ಮೇಲೆ ವರ್ಗಾಯಿಸುತ್ತದೆ. ಮನಸ್ಸು ಆ ನೋವನ್ನು ಭರಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತ ಸಮತೋಲನವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಹೇಣಗುತ್ತದೆ. ಜವಾಬ್ದಾರಿಯ ಭಾರದಡಿಯಲ್ಲಿ ಈ ಅಗಲುವಿಕೆಯ ಆತಂಕವನ್ನು ಎದುರಿಸುವ ಅಮ್ಮನಿಗೆ ಸಾಂತ್ವನ ದೊರೆಯುವುದು ಬಹಳ ಕಡಿಮೆ. ಅಕಾರಣವಾಗಿ ಆಕೆ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುವ ಹತಾಶೆ, ಸಿಟ್ಟು ಸೂಕ್ಷ್ಮ

ಮನಸ್ತಿಯವರಿಗೆ ಖಂಡಿತಾ ಅರ್ಥವಾಗುವುದು. ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಅಗಲುವ ಭಯ ಹೊಸ ಅಮ್ಮಂದಿರಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು. ಅಂದರೆ, ಮೊದಲನೇ ಮಗುವನ್ನು ಹತ್ತಾಗಿ ಈ ರೀತಿಯ ಭಯ, ಅಳುಕು, ಮಗುವನ್ನು ಅತಿಯಾಗಿ ಕಾಳಜಿ ಮಾಡುವ ಸ್ವಭಾವವನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು. ಅಷ್ಟೇ ಏಕೆ, ಎಷ್ಟೋ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಮಗುವಿನ ತಂದೆಗೆ ಮಗುವನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಆರೈಕೆ ಮಾಡಲು ಬರುವುದಿಲ್ಲವೆಂದು ರೇಗಿ, ಅಪ್ಪನ ಕೈಗೆ ಮಗುವನ್ನು ಒಪ್ಪಿಸಲು ಹಿಂದೇಟು ಹಾಕುವ, ಅವರ ಸುಪರ್ದಿಯಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಬಿಡಲು ನಿರಾಕರಿಸುವ ಅಮ್ಮಂದಿರೂ ಇದ್ದಾರೆ. ಇವೆಲ್ಲವೂ ಅಗಲುವಿಕೆಯ ಭಯದ ವಿವಿಧ ರೂಪಗಳಷ್ಟೇ.

ಮಕ್ಕಳು ಜಗತ್ತಿಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸಲು ಅಪ್ಪ ಮತ್ತು ಅಮ್ಮ ಒಂದು ಮಾಧ್ಯಮವಷ್ಟೇ ಎಂಬ ಮಾತನ್ನು ಅರಿಯುವುದು ಪೋಷಣೆಯ ಒಂದು ಮುಖ್ಯ ಭಾಗ. ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಒಂದಿಷ್ಟು ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ಕೈ ಹಿಡಿದು ಮುನ್ನಡೆಸುವ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ಪ್ರಕೃತಿಯು ಪೋಷಕರಿಗೆ ವಹಿಸಿರುತ್ತದೆ. ಬಳಿಕ ಅವರ ಹೆಜ್ಜೆಗಳನ್ನು ಅವರೇ ಊರಿ ನಿಲ್ಲುವುದನ್ನು ಕಲಿಯಲೇಬೇಕು. ಈ ರೀತಿಯ ಸ್ವಯಂ ಕೌನ್ಸಿಲಿಂಗ್ ಇದ್ದಾಗ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುವ ನೋವಿನ ಗೆರೆಗಳು ಮಾಯವಾಗುತ್ತವೆ. ಅಮ್ಮನ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ವ್ಯವಧಾನವು ಮನೆ ಮಂದಿಯಲ್ಲಿ ಇದ್ದಾಗಲೂ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ತೀವ್ರವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಮನೆಗೊಂದೇ ಮಗು ಸಾಕು ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನಂಬುವ ಕುಟುಂಬಗಳಲ್ಲಿ ಅಮ್ಮನಿಗೆ ಇಂತಹ ಸಾಂತ್ವನ ಸಿಗುವುದು ಕಡಿಮೆ. ಅಂತಹ ಸಾಂತ್ವನ ಆಕೆಗೆ ವಿವಿಧ ರೂಪದಲ್ಲಿ ದೊರೆಯುವಂತಾಗಬೇಕು.

ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಿ: feedback@sudha.co.in