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

▶▶ ನನ್ನ ಮಗಳಿಗೆ ಇದೀಗ 17 ವರ್ಷ. ಎರಡನೇ ಪಿಯುಸಿ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾಳೆ. ವಸತಿ ಸೌಕರ್ಯ ಇರುವ ಮಹಿಳಾ ಕಾಲೇಜಿನಲ್ಲಿ ಓದುತ್ತಿದ್ದಾಳೆ. ನಾನು ವೃತ್ತಿ ನಿಮಿತ್ತ ಮೂರು ನಾಲ್ಕು ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸಬೇಕಾದ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ ಅವಳ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಮತ್ತು ಪ್ರೌಢಶಾಲೆಯ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸಗಳು ಬೇರೆ ಬೇರೆ ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಆಯಿತು. ಹೀಗಾಗಿ ಅವಳ ಸ್ವಭಾವಗಳು ಕೂಡ ಕೊಂಚ ವಿಭಿನ್ನವೇನು ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಮನೆ ಮಾತು ಕನ್ನಡ. ಆದರೆ ಮೂರು ನಾಲ್ಕು ಭಾಷೆಗಳ ಪರಿಚಯ ಅವಳಿಗಿದೆ. ಸದ್ಯದ ಸಮಸ್ಯೆ ಎಂದರೆ ಈಗಿರುವ ಕಾಲೇಜಿನಲ್ಲಿ ಅವಳ ಹೊಂದಾಣಿಕೆ ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿ ಇಲ್ಲ. ನಿತ್ಯವೂ ಒಂದಲ್ಲ ಒಂದು ದೂರು. ಓದಿನಲ್ಲಿ ಮುಂದಿದ್ದರೂ ಸಂಗಡಿಗರೊಂದಿಗೆ ಹೊಂದಿಕೊಂಡು ಹೋಗಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತಿಲ್ಲವೆನ್ನುವುದು ಅವಳ ಮಾತಿನಿಂದ ತಿಳಿದು ಬರುತ್ತದೆ. ಅವಳ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಚಲನವಲನದ ಬಗ್ಗೆಯೂ ಸಹಪಾಠಿಗಳು ಆಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ, ಹೀಯಾಳಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ದೂರುತ್ತಾಳೆ. ಗೆಳೆತನ ಬಯಸಿ ಯಾರನ್ನಾದರೂ ಆರಿಸಿಕೊಂಡರೆ ಅವರು ಅದ್ಯಾಕೋ ಕಳಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರಂತೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಈ ಕಾಲೇಜು ಬೇಡ ಎಂದು ಹಠ ಹಿಡಿದಿದ್ದಾಳೆ. ಬಹಳ ಪ್ರಯಾಸ ಪಟ್ಟು ಅವಳ ಸಮಸ್ಯೆಗಳೆಲ್ಲಕ್ಕೂ ತಾತ್ಕಾಲಿಕ ಪರಿಹಾರವನ್ನು ಇದುವರೆವಿಗೂ ಕಂಡುಕೊಂಡಿದ್ದೆವಾದರೂ ಈಗಿರುವ ಸನ್ನಿವೇಶದಲ್ಲಿ ಅವಳ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಸಂತೃಪ್ತಿಸುವಂತಹ ಯಾವ ಪರಿಹಾರವು ಕಾಣಿಸಿಲ್ಲ. ಅವಳ ಶಿಕ್ಷಣವನ್ನು ಅರ್ಧಕ್ಕೆ ಬಿಡಿಸುವುದಕ್ಕೆ ನನ್ನ ಹೆಂಡತಿ ಮತ್ತು ಮನೆಯ ಹಿರಿಯರು ಒಪ್ಪುತ್ತಿಲ್ಲ. ಇನ್ನೊಂದು ಐದಾರು ತಿಂಗಳು ಹೇಗಾದರೂ ಹೊಂದಿಕೊಂಡು ಹೋಗಲಿ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ, ಈ ಮಾತುಗಳು ಅವಳ ತಲೆಗೆ ಹತ್ತಿಲ್ಲ. ನಮಗೆ ಆತಂಕ ಹುಟ್ಟಿಸುವಂತಹ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಆಡುತ್ತಾಳೆ. ಅವಳ ಓದನ್ನು ಬಿಡಿಸುವುದರಿಂದ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಪರಿಹಾರ ಸಿಕ್ಕಂತೆ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ಇಂತಹದೊಂದು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ನಾವೇನು ಮಾಡಬೇಕು ಎಂದು ತೋಚುತ್ತಿಲ್ಲ. ಈಗಂತೂ ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಇದ್ದಾಳೆ. ಪದವಿ ಶಿಕ್ಷಣದ ಹಂತಕ್ಕೆ ಕಾಲಿಡುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಬಾಲ್ಯದ ಶಿಕ್ಷಣದ ವಿಧಾನಗಳು ಅಡ್ಡಿ ಬರುತ್ತಿದ್ದೆಯಲ್ಲಾ ಎನ್ನುವ ವ್ಯಥೆ ನಮ್ಮನ್ನು ಕಾಡಿಸುತ್ತಿದೆ. ಅವಳ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ನೆಮ್ಮದಿ ತರುವಂತಹ ಕ್ರಮಗಳು ಏನಾದರೂ ಇದ್ದರೆ ದಯಮಾಡಿ ತಿಳಿಸಿಕೊಡುವುದು.

-ರಾಮಕೃಷ್ಣ ತಂತ್ರಿ, ಮಂಗಳೂರು

ಮನೋವಿಕಾಸವಾಗುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ದೇಶಗಳ ಆಚಾರ ವಿಚಾರಗಳು ಹದಿಹರೆತನದ ಸಮಾನ್ಯ ಸವಾಲುಗಳೊಂದಿಗೆ ಸೇರಿ ಮತ್ತಷ್ಟು ಗೊಂದಲಗಳನ್ನು ಹುಟ್ಟಿಸುವುದು ಸಹಜವೆಂದೇ ಹೇಳಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಹೀಗಿದ್ದರೂ ನಿಮ್ಮ ಮಗಳ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಮೂಡಿರುವ ಹೊಂದಾಣಿಕೆಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಸ್ಪಷ್ಟ ಕಾರಣವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಲೇ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಗಟ್ಟಿಯಾದ ಗೆಳೆತನ ಇಲ್ಲದಿರುವುದು ಅವಳ ಅಪಕ್ವ ಹೊಂದಾಣಿಕೆಗೆ ಒಂದು ಕಾರಣವೆನ್ನುವುದು ನಿಮಗೂ ತಿಳಿದಿದೆ. ಆಕೆ ಇದನ್ನೇ ಗಾಢವಾಗಿ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಹಚ್ಚಿಕೊಂಡಿರುವುದು ದುರದೃಷ್ಟಕರ. ಗೆಳೆಯರು ಅವಳಿಂದ ಏನನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅವಳು ಅವರಿಂದ ಏನನ್ನು ಬಯಸುತ್ತಿದ್ದಾಳೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಿ. ಕೊಟ್ಟು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವಂತಹ ಮನೋಭಾವದ ಬಗ್ಗೆ ಒಂದೆರಡು ಮಾತುಗಳನ್ನು ಅವಳೊಂದಿಗೆ ಆಡುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು. ಅವಳು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಿದಂತಹ ಹದಿಹರೆತನದ ಬೆಳವಣಿಗೆಗಳು ಆಗದಿರುವುದಕ್ಕೆ ನಿಮ್ಮ ಬದಲಾದ ವೃತ್ತಿ ಜೀವನ ಕಾರಣ ಎನ್ನುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ಆಲೋಚಿಸಿ ಪ್ರಯೋಜನವಿಲ್ಲ. ಹಾಗೆಯೇ ಇನ್ನು ಕೆಲವೇ ತಿಂಗಳುಗಳಲ್ಲಿ ಅವಳ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸ ಒಂದು ಹಂತ ಕೊನೆಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಈ ವಿಷಯವನ್ನು ಅವಳಿಗೆ ಮನದಟ್ಟಾಗುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಹೇಳಿ. ಮುಂದಿನ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕ ಸ್ಥಿತಿಗತಿಗಳು ಹೀಗಿಯೇ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಗೆಳೆತನದ ರೀತಿಯನ್ನು ವಯಸ್ಕತನ ಬದಲಾಯಿಸಬಲ್ಲದು ಎನ್ನುವುದನ್ನು ವಿವರಿಸಿ. ಇದಲ್ಲದೆ ಹಳೆಯ ಹವ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಿ. ಜೊತೆಗೆ ಹೊಸದನ್ನು ಗಳಿಸುವುದರತ್ತ ಮನಸ್ಸು ಹರಿಸಲಿ. ಕಾಲೇಜನ್ನು ಬಿಡಿಸಿ ಮನೆಯಲ್ಲಿಯೇ ಇರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಂತಹ ಸನ್ನಿವೇಶ ಇನ್ನು ಒದಗಿ ಬಂದಿಲ್ಲ. ನೆಂಟರಿಷ್ಟರೊಂದಿಗೆ, ಅವಳ ವಯಸ್ಸಿನ ಸೋದರ ಸಂಬಂಧಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಮತ್ತು ನೆರೆಹೊರೆಯವರೊಂದಿಗೆ ಬೆರೆಯುವುದಕ್ಕೆ ಅವಕಾಶ ಮಾಡಿಕೊಡಿ. ತಾಳ್ಮೆಯಿಂದ ಸಹಪಾಠಿಗಳ ಇತಿಮಿತಿಗಳನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುವಂತೆ ತಿಳಿವಳಿಕೆ ನೀಡುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು. ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಪೋಷಕರಾಗಿ ಅವಳಿಗೆ ಧೈರ್ಯ ತುಂಬಿಸುವ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಬಿಡುವುದು ಬೇಡ.

▶▶ ನನ್ನ ಮಗಳಿಗೆ ಈಗ ಹದಿನಾಲ್ಕು ವರ್ಷ. ಒಂಬತ್ತನೆಯ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಓದುತ್ತಿದ್ದಾಳೆ. ಇತ್ತೀಚಿನ ಕೆಲವು ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಅವಳ ಸ್ವಭಾವದಲ್ಲಿ ಅದೆಂತಹದ್ದೋ ವಿಚಿತ್ರ ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡಿದೆ. ಮೇಲಿಂದ ಮೇಲೆ ತಲೆಯ ಮಧ್ಯಭಾಗದ ಕೂದಲನ್ನು ಕಿತ್ತುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾಳೆ. ಮೊದಲಿಗೆ ಒಂದೆರಡನ್ನು ಮಾತ್ರ ಕಿತ್ತುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಳು. ಈಗಂತೂ ಕೈಬೆರಳುಗಳಲ್ಲಿ ಕೂದಲನ್ನು ಸುರಳಿ ಸುತ್ತಿಕೊಂಡು ನೆತ್ತಿಯಿಂದ ಹರಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾಳೆ. ನೋವಾಗುವುದಿಲ್ಲವೇ ಎಂದು ಕೇಳಿದರೆ ಆಗುತ್ತೆ ಆದರೂ ಕಿತ್ತುಕೊಂಡರೆ ನೆಮ್ಮದಿ ಸಿಗುತ್ತೆ ಅಂತಾಳೆ. ನಮ್ಮ ಮನೆ ದೇವರಿಗೆ ಹರಿಕೆ ಹೊತ್ತು ಕೇಶ ಮುಂಡನ ಮಾಡಿಸಿದೆವು. ಆದಾದ ನಂತರ ಕೂದಲು ಬೆಳೆದಂತೆ ಕೀಳುವುದು ಜಾಸ್ತಿಯಾಗಿದೆ. ಇದೊಂದು ಮಾನಸಿಕ ಸಮಸ್ಯೆ ಎಂದು ಕೆಲವರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ನಿಜವೆ? ಹಾಗಿದ್ದರೆ ಇದಕ್ಕೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಏನು?

-ತಿರುಮಲಾಂಬ, ಚಿತ್ತೂರು

ಇದೊಂದು ಮಾನಸಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಯ ವಿಧ ಎನ್ನುವುದು ನಿಜ. ಅಪರೂಪಕ್ಕೆ ಕೆಲವರಲ್ಲಿ ಇದಿರುವುದು ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ. ಮಾನಸಿಕ ತಜ್ಞರ ಸಲಹೆ ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದ ಮೂಲಕ ಪರಿಹಾರವಿದೆ. ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಮಗಳೊಂದಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಆತ್ಮೀಯತೆಯಿಂದ ಇರಿ. ಕಿರಿಕಿರಿ ಮಾಡುವುದು ಬೇಡ. ಅವಳಲ್ಲಿರುವ ಮಿತಿಗಳನ್ನು ದೊಡ್ಡದು ಮಾಡಿ ಹೀಯಾಳಿಸದಿರಿ. ಮಾಟ ಮಂತ್ರಗಳನ್ನು ಆಶ್ರಯಿಸುವುದು ಬೇಡ. ಮದ್ದು ಮತ್ತು ಆಪ್ತ ಸಲಹೆಯ ಮೂಲಕ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಸಾಧ್ಯವಿದೆ.

▶▶ ನನ್ನ ಮಗಳಿಗೆ ಎಂಟು ವರ್ಷ. ಮೂರನೆ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿದ್ದಾಳೆ. ಇಂಗ್ಲಿಷ್ ಮಾಧ್ಯಮದ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಓದುತ್ತಿದ್ದಾಳೆ. ಅವಳಿಗೆ ಅಂಕಿ, ಲೆಕ್ಕ ಎಂದರೆ ಪಂಚಪ್ರಾಣ. ಕಷ್ಟವಾದ ಕೋಷ್ಟಕಗಳನ್ನೂ ಸುಲಭವಾಗಿ ಕಂಠಪಾಠ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲಳು. ಆದರೆ, ಕನ್ನಡ ಭಾಷೆ ಎಷ್ಟೇ ಕಲಿಸಿದರೂ ಕಲಿಯಲು ಆಸಕ್ತಿ ತೋರಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ತುಂಬಾ ಕಷ್ಟ ಎಂದು ದೂರುತ್ತಾಳೆ. ಒತ್ತಾಯ ಮಾಡಿದರೆ ಹಠಮಾರಿತನ ತೋರಿಸುತ್ತಾಳೆ. ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲೂ ಅತಿ ಕಡಿಮೆ ಅಂಕಗಳನ್ನು ಗಳಿಸಿದ್ದಾಳೆ. ನಮ್ಮ ಮನೆಯ ಮಾತು ಕನ್ನಡವಾದರೂ ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಇಂಗ್ಲಿಷಿನಲ್ಲಿ ಮಾತಾಡುತ್ತಾಳೆ. ಈ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ತಪ್ಪಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಏನಾದರೂ ಸರಳ ಮಾರ್ಗವಿದೆಯೆ? ಹೊಡೆದು ಬಡೆದು ಕಲಿಸಿದರೆ ಭಾಷೆಯನ್ನು ಕಲಿಯ ಬಲ್ಲಳೆ? ಅಥವಾ ಇದೇನಾದರೂ ಕಲಿಕೆಯ ದೋಷವೆ? ದಯಮಾಡಿ ತಿಳಿಸಿಕೊಡಿ.

-ನಾಗರತ್ನ ನಾಗೇಶ, ಮೈಸೂರು

ಒತ್ತಾಯದ ಕಲಿಕೆ ಬೇಡ. ಅವಳಲ್ಲಿ ಕಲಿಯುವುದಕ್ಕೆ ಬೇಕಾಗುವ ವಿಶ್ವಾಸ ಮೂಡಿಸುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಿ. ಎಳೆಯ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಕನ್ನಡ ಕಷ್ಟವೆನ್ನುವಂತಹ ಒಂದು ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಗಾಢವಾಗಿದೆ. ಬಹುಶಃ ಶಾಲೆಯ ವಾತಾವರಣವೂ ಕಾರಣವಿರಬಹುದು. ಕಲಿಕೆಯ ದೋಷ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಖಚಿತ ಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು. ಕೆಲವು ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಭಾಷಾ ಕಲಿಕೆಯ ದೋಷಗಳು ಈ ಮಾದರಿಯಲ್ಲಿ ಎದ್ದು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಸಹಜ. ಇಲ್ಲಿ ಕಲಿಕೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತಹ ಸಮಸ್ಯೆಗಿಂತಲೂ ಕಲಿಯಲಾರೆ ಎನ್ನುವಂತಹ ಭಾವವೇ ಬಲವಾಗಿರುವಂತೆ ಕಂಡು ಬರುತ್ತದೆ. ಆದುದರಿಂದ ಅತಿ ಸಾವಧಾನದಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಮಗಳ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಕನ್ನಡ ಕಲಿಕೆಯತ್ತ ಹೊರಳಿಸಬೇಕು. ಅಂಕಿ, ಕೋಷ್ಟಕಗಳನ್ನು ಕಂಠಪಾಠ ಮಾಡುವ ಮಗುವಿಗೆ ಕಲಿಯುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಚೆನ್ನಾಗಿದೆ ಎನ್ನುವುದರಲ್ಲಿ ಸಂದೇಹವಿಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅಂಕಿಗಳನ್ನು ಕನ್ನಡ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಅಳವಡಿಸುವುದರತ್ತ ಗಮನ ಹರಿಸಬಹುದು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಒಂದು ಎರಡು ಬಾಳೆ ಎಲೆ ಹರಡು... ಇತ್ಯಾದಿ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಕಲಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ. ಹಾಗೆಯೇ ಧರಣಿ ಮಂಡಲ ಮಧ್ಯದೊಳಗೆ... ಪದ್ಯ ಹೇಳಿಕೊಟ್ಟು ನೋಡಿ. ಈ ರೀತಿಯ ಇಂಪಾದ ಕನ್ನಡ ಪದ್ಯಗಳು, ಹಾಡುಗಳನ್ನು ಹೇಳಿಕೊಡುವುದರ ಮೂಲಕವೂ ಭಾಷೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಒಲವು ಮೂಡಿಸಬಹುದು. ಮತ್ತು ಕಲಿಯುವುದು ಕಷ್ಟವಲ್ಲ ಎನ್ನುವ ವಿಶ್ವಾಸ ಹೆಚ್ಚಬಲ್ಲದು. ■

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