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

ನನ್ನ ಮಗಳು ಇಂಗ್ಲಿಷ್ ಮಾಧ್ಯಮಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ 9ನೇ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿದ್ದಾಳೆ. ಒಬ್ಬಳೇ ಮಗಳು. ನಮ್ಮ ಪ್ರಕಾರ ಓದು ಬರಹ, ಒಡನಾಟದಲ್ಲಿ ಯಾವ ತಕರಾರು ಇದ್ದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ, ಅವಳಲ್ಲಿ ಕದಿಯುವ ಸ್ವಭಾವವಿದೆ ಎನ್ನುವುದು ತಿಳಿದು ಬಂದಿದೆ. ನಮ್ಮ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟಿರುವ ಹಣವನ್ನು ಯಾವತ್ತು ಕದ್ದಿಲ್ಲ. ಅವಳನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಹಲವಾರು ಸಲ ಹಣವನ್ನು ಎಲ್ಲೆಂದರಲ್ಲೇ ಬಿಟ್ಟು ನೋಡಿದ್ದೆವು. ಅವಳು ಅದನ್ನು ಮುಟ್ಟಿಲ್ಲ. ಇಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ ಶಾಲೆಗೆ ಬಿಡುವು ಇದ್ದಾಗ ಚಿಕ್ಕಪ್ಪ, ದೊಡ್ಡಪ್ಪರ ಮನೆಗೆ ಹೋಗಿರುತ್ತಿದ್ದಳು. ಅಲ್ಲಿಯೂ ಹಣವನ್ನು ಕದ್ದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ, ಇತ್ತೀಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ತರಗತಿಯ ಶಿಕ್ಷಕಿಯಿಂದ ಈ ದೂರು ಬಂದಿದೆ. ಅವಳ ಸಹಪಾಠಿಯರ ಬರೆಯುವ ಸಾಮಗ್ರಿಗಳನ್ನು ಕದ್ದು ಮುಚ್ಚಿಟ್ಟಿರುವುದು ಶಾಲೆಯವರ ಗಮನಕ್ಕೆ ಬಂದಿದೆ. ನಾವು ಕೂಡ ಅವಳ ಚೀಲದಲ್ಲಿದ್ದ ಪೆನ್ಸಿಲ್, ಇಂಚುಪಟ್ಟಿ, ಇತ್ಯಾದಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ವಿವರಣೆ ಕೇಳಿದ್ದೇವೆ. ಅದು ಹೇಗೆ ಚೀಲಕ್ಕೆ ಬಂತೆನ್ನುವುದನ್ನು ಗೊತ್ತಿಲ್ಲವೆಂದೇ ಹೇಳುತ್ತಾಳೆ. ಮತ್ತು ಈ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳಿದಾಗಲೆಲ್ಲಾ ತುಂಬಾ ದುಃಖ ಪಡುತ್ತಾಳೆ. ಎಷ್ಟೋ ಸಲ ಊಟ, ಮಾತನ್ನು ಸಹ ಬಿಟ್ಟಿದ್ದಾಳೆ. ಇದು ಮಾನಸಿಕ ವ್ಯಾಧಿಯ ಸೂಚಿ ಎಂದು ಕೆಲವರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಇದು ನಿಜವೆ? ಹಾಗಿದ್ದರೆ ನಾವೇನು ಮಾಡಬೇಕು? ದಯಮಾಡಿ ತಿಳಿಸಿಕೊಡಿ.

-ರಾಧಿಕ ನಂದಕುಮಾರ್

ನಿಮ್ಮ ಮಗಳ ವರ್ತನೆಯ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಮಾನಸಿಕ ಗೊಂದಲವಿರುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳಿವೆ. ಇತರರ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ತಮಗೆ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ಅದ್ಯಾವುದೋ ರೀತಿಯ ಒತ್ತಡದಿಂದ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವಂತಹ ಒಂದು ಮನೋಸ್ಥಿತಿ ಕೆಲವರಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ. ಇದು ಕಳ್ಳತನವನ್ನೇ ಹೋಲುವ ಹಾಗೇ ಕಂಡರೂ ಕದ್ದ ವಸ್ತುವಿಗೂ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಅಗತ್ಯಕ್ಕೂ ಸಂಬಂಧ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ನಿಮ್ಮ ಮಗಳು ಹಣವಾಗಲೀ, ಬೆಲೆ ಬಾಳುವ ವಸ್ತು, ವಸ್ತ್ರಗಳನ್ನಾಗಲೀ ಕದ್ದಿಲ್ಲದಿರುವುದು ಇಲ್ಲಿ ಗಮನಿಸಬೇಕಾದ ವಿಷಯ. ಅವಳ ಮಾನಸಿಕ ಅಗತ್ಯಗಳೆಲ್ಲವನ್ನು ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿ ಪೂರೈಕೆಯಾಗುತ್ತಿರುವುದೇ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಿ. ಆಕೆಯ ಬಯಕೆ, ಬೇಡಿಕೆಗಳ ರೀತಿಯನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದರತ್ತ ಗಮನಹರಿಸಿ. ಅವಳಿಗೆ ಸಿಗಬೇಕಾದ ಪ್ರೀತಿ, ವಿಶ್ವಾಸ, ಆದರಗಳಲ್ಲಿ ಕೊರತೆ ಏನಾದರೂ ಉಂಟಾಗಿದಿಯೇ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನೋಡಿ. ಅವಳ ಈ ವರ್ತನೆಯು ಮನಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ನಡೆಯುತ್ತಿಲ್ಲವೆನ್ನುವುದನ್ನು ಮನದಟ್ಟು ಮಾಡಿಸಿ. ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಇನ್ನೊಬ್ಬರ ವಸ್ತುವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವಂತಹ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳು ಅವಳಲ್ಲಿದೆ ಎನ್ನುವುದರ ಅರಿವನ್ನು ಸಾವಧಾನದಿಂದ ವಿವರಿಸಿ. ಭಯ, ಆತಂಕಗಳ ಮೂಲಕ ಈ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಬೇಡ. ಬಹುಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಅಪರಾಧ ಭಾವವನ್ನು ಮೂಡಿಸುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಇರದಿರಲಿ. ಅವಳಲ್ಲಿ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವಂತಹ ಹವ್ಯಾಸ, ಆಸಕ್ತಿಗಳತ್ತ ಮನಸ್ಸು ಹರಿಯುವಂತೆ ಮಾಡಿ. ಈ ಸಮಸ್ಯೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಸೂಕ್ತ ಮಾನಸಿಕ ತಜ್ಞರ ಮೂಲಕ ಸಲಹೆ, ಮಾರ್ಗದರ್ಶನವನ್ನು ಪಡೆಯಿರಿ.

ನನ್ನ ಮಗನಿಗೆ ಈಗ ಹತ್ತು ವರ್ಷ ತುಂಬಿದೆ. ಇಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ಅವನ ಓದು ಬರಹದ ಆಸಕ್ತಿ ಹೆಚ್ಚೇನೂ ಇದ್ದಿರಲಿಲ್ಲ. ಈ ವರ್ಷ ಅದು ಬದಲಾಗಿದೆ. ವಿಪರೀತ ಉಪಟಳ ಕೊಡುತ್ತಿದ್ದವ ಇದೀಗ ತುಂಬಾ ಬದಲಾಗಿದ್ದಾನೆ. ಸದಾ ಆಟದ ಕಡೆ ಗಮನ ಇರಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದವನು ಈಗ ಓದು ಬರಹದತ್ತ ಅತಿ ಎನ್ನುವಷ್ಟು ಆಸಕ್ತಿ ತೋರಿಸುತ್ತಿದ್ದಾನೆ. ನಾವು ಅವನಿಗೆ ಮೊದಲೆಲ್ಲ ಓದು, ಕಲಿ ಎಂದೆಲ್ಲಾ ಒತ್ತಾಯ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದದ್ದುಂಟು. ಈಗಂತೂ ಯಾರೊಂದಿಗೂ ಬೆರೆಯುವುದಿಲ್ಲ, ಆಟದಲ್ಲಿಯೂ ಸಹ ಮೊದಲಿದ್ದ ಆಸಕ್ತಿ ಇಲ್ಲ. ಕೊಂಚ ಕೃಶವಾಗಿದ್ದಾನೆ. ಇವೆಲ್ಲವನ್ನು ಗಮನಿಸಿದಾಗ ಯಾವುದಾದರೂ ಮಾನಸಿಕ ಹಿಂಸೆಯನ್ನು ನಿವಾರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಹೀಗೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾನೆಯೋ ಎನಿಸುತ್ತದೆ. ಹೀಗಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳು ಇವೆಯೆ? ತುಂಟತನ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿರುತ್ತಿದ್ದವ ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದ ಹಾಗೆ ಬದಲಾಗುವುದರ ಅರ್ಥವೇನು? ದಯಮಾಡಿ ತಿಳಿಸಿಕೊಡಿ.

-ರೇಖಾ ಉಡುಪ, ಕಾಸರಗೊಡು

ಮಕ್ಕಳ ಮಾನಸಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಇಂತಹ ಕ್ಷಿಪ್ರ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಕೆಲವರಲ್ಲಿ ಆಗಬಲ್ಲದು. ಇದೇನು ವಿಚಿತ್ರವೂ ಅಲ್ಲ, ವಿಪರೀತವೂ ಅಲ್ಲ. ನಿಮ್ಮ ಮಗನಲ್ಲಿ ಕಂಡು ಬಂದಿರುವ ಹೊಸ ವರ್ತನೆಗಳಿವು ಅಷ್ಟೇ ಅಂದುಕೊಳ್ಳಿ. ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಇದು ಮಾನಸಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಸೂಚನೆಯಲ್ಲ. ಅಥವಾ ಮಾನಸಿಕ ಕೊರತೆಯಿಂದ ಹುಟ್ಟಿಕೊಂಡಿರುವಂತಹದ್ದು ಅಲ್ಲ. ಆದುದರಿಂದ ಇವುಗಳನ್ನು ಮಾನಸಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಸೂಚನೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸಲಾಗದು. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಮಕ್ಕಳ ಬುದ್ಧಿ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ವಿಧಿಯಲ್ಲಿ ಇರುವುಂತಹ ಲಕ್ಷಣವಿದು ಎಂದು ಹೇಳಬಹುದು. ನಿಮ್ಮ ಮಗ ತುಂಟತನದ ದಿನಗಳಿಂದ ಬಹಳ ಬೇಗ ದೂರ ಸರಿದಿದ್ದಾನೆ ಎಂದು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು. ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಅವನ ಈ ವರ್ತನೆಗಳನ್ನು ಸಂಶಯದಿಂದ ನೋಡುವುದು ಬೇಡ. ಹಾಗೆಯೇ ಅವನ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಇದೊಂದು ವಿಚಿತ್ರವೆನ್ನುವಂತಹ ಭಾವನೆಯನ್ನು ಹುಟ್ಟಿಸುವುದು ಬೇಡ. ಅವನ ಮನೋವಿಕಾಸದ ಸರಿ ಹಾದಿ ಇದು ಎಂದು ತೃಪ್ತಿಪಡಿ.

ನನ್ನ ಮಗನಿಗೆ 17 ವರ್ಷವಾಗಿದೆ. ಎರಡು ವರ್ಷದ ಹಿಂದೆಯೇ ಎಸ್ಸೆಸ್ಸೆಲ್ಸಿ ಪರೀಕ್ಷೆ ಪಾಸಾದ. ಹೆಚ್ಚಿನ ಅಂಕಗಳನ್ನೇನು ಗಳಿಸಲಿಲ್ಲ. ಹಠ ಹಿಡಿದು ಪಿಯು ವಿಜ್ಞಾನದ ವಿಷಯವನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡ. ಮೊದಲ ಪದವಿಪೂರ್ವ ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಲೆಕ್ಕ ಮತ್ತು ಜೀವಶಾಸ್ತ್ರದಲ್ಲಿ ಉತ್ತೀರ್ಣನಾಗದ ಕಾರಣ ಎರಡನೆ ಪದವಿಪೂರ್ವ ತರಗತಿಗೆ ಹೋಗಲು ಅನುಮತಿ ಸಿಗಲಿಲ್ಲ. ಇದರಿಂದ ಬೇಸತ್ತು ಡಿಪ್ಲೊಮೊಗೆ ಸೇರಿದ. ಅಲ್ಲಿಯೂ ಸಹ ಹಲವಾರು ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ ಉತ್ತೀರ್ಣನಾಗಲಿಲ್ಲ. ಈಗ ಮತ್ತೆ ಪಿಯು ತರಗತಿಗೆ ಸೇರಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ ಎಂದು ಗಲಾಟೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾನೆ. ನಮಗೆ ಅವನ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಮತ್ತು ಆಸಕ್ತಿಗಳೆರಡರ ಬಗ್ಗೆಯೂ ತುಂಬಾ ಅಪನಂಬಿಕೆ ಬಂದಿದೆ. ಅವನ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಕ್ಕೆ ಅನುಗುಣವಾದಂತಹ ಶಿಕ್ಷಣವನ್ನು ಪಡೆಯುವುಂತೆ ಮಾಡಲು ಏನು ಮಾಡಬೇಕು ಎಂದು ತಿಳಿಯುತ್ತಿಲ್ಲ. ಎಲ್ಲವನ್ನು ಪ್ರಾಯೋಗಿಕವಾಗಿ ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ನನ್ನಲ್ಲಿ ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳಿಲ್ಲ. ದಯಮಾಡಿ ಅವನ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಆಸಕ್ತಿಯನ್ನು ಕೆರಳಿಸುವುದು ಹೇಗೆ ಎಂದು ತಿಳಿಸಿಕೊಡಿ.

-ರತ್ನಾಕರ, ತುಮಕೂರು

ನಿಮ್ಮ ಮಗನ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸದ ಗತಿಯನ್ನು ಗಮನಿಸಿದರೆ ಅವನ ಆಸಕ್ತಿ ವಿಜ್ಞಾನದ ವಿಷಯಗಳತ್ತ ಕಡಿಮೆ ಎನ್ನಬಹುದು. ಉತ್ತೀರ್ಣನಾಗದ ಕಾರಣ ಕೋರ್ಸ್ ಬದಲಾಯಿಸುವುದು ಸರಿಯಲ್ಲ. ಹೆಚ್ಚಿನ ಶ್ರಮ, ಅಥವಾ ಸತತ ಪ್ರಯತ್ನ ಮತ್ತು ಓದಿ ತೇರ್ಗಡೆಯಾಗಲೇ ಬೇಕು ಎನ್ನುವಂತಹ ಮನಸ್ಥಿತಿ ಇಲ್ಲವೆಂದು ಊಹಿಸಬಹುದು. ಅವನ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಆಸಕ್ತಿ ಏನು ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಅವನಿಂದಲೇ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಸೂಕ್ತ. ಈಗಿರುವ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಬಹುಶಃ ಅವನು ಅವನ ಗೆಳೆಯರು, ಸಹಪಾಠಿಗಳ ಆಸೆ, ಆಸಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಅನುಕರಣೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾನೆಯೋ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಿ. ಗೆಳೆಯರು ಮಾಡಿದ್ದೆಲ್ಲವನ್ನು ನಾನು ಮಾಡಬೇಕು ಎನ್ನುವುದಷ್ಟೇ ಇದ್ದರೇ ಸಾಲದು ಅದನ್ನು ಪರಿಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಮಾಡುವಂತಹ ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಪ್ರಯತ್ನ ಬೇಕು ಎಂದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ತಿಳಿಸಿ. ಇದಲ್ಲದೆ, ವಿಜ್ಞಾನದ ವಿಷಯಗಳಿಗೆ ಅಗತ್ಯವಾಗಿ ಬೇಕಾದ ಸಿದ್ಧತೆ ಮತ್ತು ಅಡಿಪಾಯ ಅವನಲ್ಲಿ ಇರುವುದೇ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು ನೆರವಾಗಿ. ಒಂದು ವೇಳೆ ಅವುಗಳ ಕೊರತೆ ಇದ್ದಲ್ಲಿ ಬೇರೆ ಕೋರ್ಸ್‌ಗಳತ್ತ ಮನಸ್ಸು ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ಉತ್ತೇಜನ ನೀಡಿ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಕಲೆ, ವಾಣಿಜ್ಯ, ಅಥವಾ ಕೌಶಲ್ಯ, ತಂತ್ರಜ್ಞಾನಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಅಲ್ಪಾವಧಿ ಶಿಕ್ಷಣ, ತರಬೇತಿಯತ್ತ ಮನಸ್ಸು ಮಾಡಲಿ. ಮುಖ್ಯವಾಗಿ, ಅವನು ಇದುವರೆವಿಗೆ ಮಾಡಿದ ಪ್ರಯತ್ನಗಳು ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಲಿಲ್ಲ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ದೊಡ್ಡದು ಮಾಡಿಕೊಂಡು, ಹತಾಶೆ, ಖಿನ್ನತೆಯತ್ತ ಹೋಗುವುದಕ್ಕೆ ಅವಕಾಶ ಕೊಡಬೇಡಿ. ಇಂದು ಕಲಿಯುವುದಕ್ಕೆ ಬೇಕಾದಷ್ಟು ಅವಕಾಶಗಳಿವೆ. ಇದಲ್ಲದೆ , ದುಡಿದು ಕಲಿಯುವುದಕ್ಕೂ ಅವಕಾಶವಿದೆ. ದೂರಶಿಕ್ಷಣದ ಮೂಲಕ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸದ ಸಾಧ್ಯವಿದೆ. ಆದುದರಿಂದ ಒತ್ತಡವಿಲ್ಲದೆ ಆಲೋಚಿಸುವಂತೆ ಮಾಡಿ. ಅವನ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಒಂದೆರಡು ಕೋರ್ಸ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಉಂಟಾದ ವೈಫಲ್ಯತೆಯ ಮೂಲಕ ಅಂದಾಜು ಮಾಡುವುದು ಬೇಡ. ಕಲಿಯುವುದರತ್ತ ನಿರಾಸಕ್ತಿ ಹುಟ್ಟದಂತೆ ಎಚ್ಚರ ವಹಿಸಿ.

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