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

▶▶ ನನ್ನ ಮಗನಿಗೆ ಈಗ 22 ವರ್ಷ. ಬಿಎಸ್ಸಿ ಪದವೀಧರ. ಕಳೆದ ವರ್ಷ ಹೈದ್ರಾಬಾದಿನಲ್ಲಿ ಎಂಬಿಎಗೆ ಸೇರಿಕೊಂಡ. ವಸತಿ ಸೌಕರ್ಯ, ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಕೊಡುವಂತಹ ಕಾಲೇಜು ಅದು. ಆದರೇಕೋ ಕಾಲೇಜು ಸೇರಿದಾಗಿನಿಂದಲೂ ಒಂದಲ್ಲಾ ಒಂದು ಸಮಸ್ಯೆ. ಆರೋಗ್ಯ, ಅಪಘಾತ, ಗೆಳತಿಯೊಂದಿಗೆ ಮನಸ್ತಾಪ ಹೀಗೆ... ಇದರ ಪರಿಣಾಮ ಮೊದಲ ಸೆಮಿಸ್ಟರ್ ಪರೀಕ್ಷೆ ಬರೆಯಲಿಲ್ಲ. ಈಗ ಎರಡನೇ ಸೆಮಿಸ್ಟರ್ ಸೇರಿದ್ದಾನಾದರೂ ಓದುವುದಕ್ಕೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ. ಈಗ ಊರಿಗೆ ವಾಪಸ್ಸಾಗಿ ಕುಟುಂಬದ ವ್ಯಾಪಾರದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ ಎನ್ನುತ್ತಿದ್ದಾನೆ. ಮೊದಲಿನಿಂದಲೂ ವ್ಯಾಪಾರದ ಬಗ್ಗೆ ತಾತ್ಸಾರ, ನಿರಾಸಕ್ತಿಯಿಂದ ಇದ್ದವನು ಏಕಾಏಕಿ ಅದರಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ ಎನ್ನುವುದು ನಮ್ಮ ಅಚ್ಚರಿ, ಆತಂಕಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗಿದೆ.ಅವನ ಸ್ವಭಾವಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಗೊತ್ತಿರುವುದರಿಂದ ಅವನ ಈ ನಿರ್ಧಾರದಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ವಿಶ್ವಾಸವಿಲ್ಲ. ನಾವು ಅವನಿಗೆ ತಿಳಿವಳಿಕೆ ಹೇಳಿ ಬೇಸತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಕುಟುಂಬದವರು ಬೆವರು, ರಕ್ತ ಹರಿಸಿ ಕಟ್ಟಿದ ವ್ಯಾಪಾರದ ಕಡೆ ಗಮನ ಹರಿಸುವುದಕ್ಕೆ (ಒತ್ತಾಯಕ್ಕೆ ಮಣಿದು) ಅವಕಾಶ ಮಾಡಿಕೊಡಬೇಕೆ? ಬೇಡವೆ? ಎನ್ನುವುದು ತಿಳಿಯುತ್ತಿಲ್ಲ. ದಯಮಾಡಿ ತಿಳಿವಳಿಕೆ ನೀಡಿ.

–ಸತ್ಯಪ್ರಿಯ, ಬಳ್ಳಾರಿ

ನಿಮ್ಮ ಮಗನ ಆಸಕ್ತಿ, ನಿರಾಸಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ಸನ್ನಿವೇಶ, ವಯಸ್ಸಿನ ಕಾರಣವೂ ಇರಬಲ್ಲದು. ಅವನ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಹಿನ್ನಡೆಗೆ ಹೊರ ಪರಿಸರ ಮತ್ತು ಅವನು ಆಯ್ದು ಕೊಂಡಿರುವ ವಿಷಯವೂ ಕಾರಣವಾಗಿರಬಹುದು. ಈಗ ಅವನ ಮನಸ್ಸು ವ್ಯಾಪಾರದ ಕಡೆ ವಾಲಿರುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮ್ಮ ಆತಂಕ ಅರ್ಥವಾಗುವಂತಹದ್ದೆ. ಆದರೆ, ಅವನಲ್ಲಿ ಹೊಸತನ, ಹೊಣೆಗಾರಿಕೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿವು ಮೂಡಿಲ್ಲವೆಂದು ಹೇಳುವುದು ಸರಿಯಲ್ಲ. ನಿಮಗೆ ಅವನ ಸಾಮರ್ಥ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಇನ್ನು ಖಚಿತವಾಗಿ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ ಎನ್ನುವುದರ ಮೂಲಕ ಅವನಿಗೊಂದು ಅವಕಾಶ ಕಲ್ಪಿಸುವುದರಲ್ಲಿ ಅರ್ಥವಿದೆ. ಇದನ್ನು ಪ್ರಾಯೋಗಿಕವಾಗಿ ಮಾಡಬಹುದು. ಅಂದರೆ, ಅವನಿಗೆ ವ್ಯಾಪಾರದಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿ ಇದೆಯೋ ಇಲ್ಲವೋ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಬೇಕಾದ ತರಬೇತಿ, ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಕೊಡಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವೆ, ಯೋಚಿಸಿ. ಜೊತೆಗೆ ವ್ಯಾಪಾರಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಂಡು ಹೆಚ್ಚಿನ ಶಿಕ್ಷಣ, ಆಸಕ್ತಿ ಬೆಳಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರತ್ತ ಗಮನ ಕೊಡಿ. ಇದುವರೆವಿಗೂ ವ್ಯಾಪಾರದ ಬಗ್ಗೆ ಹೊಂದಿದ್ದಂತಹ ನಿಲುವುಗಳನ್ನು ಮರುಪರಿಶೀಲನೆ ಮಾಡಿರುವ ಉದ್ದೇಶದ ಬಗ್ಗೆ ಅವನಿಂದಲೇ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬದವರು ಕಷ್ಟಪಟ್ಟು ಬೆಳೆಸಿದ ಸಂಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ಸ್ವ–ಇಚ್ಛೆಯಿಂದ ಮುಂದೆ ಬಂದಿರುವ ನಿಮ್ಮ ಮಗನ ಬಗ್ಗೆ ಅಭಿಮಾನವಿರಲಿ. ಸಣ್ಣವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಅವನಿಗಿದ್ದ ತಿಳಿವಳಿಕೆ, ತಪ್ಪುಗ್ರಹಿಕೆ, ಆಸಕ್ತಿಗಳೆಲ್ಲವೂ ಸದಾ ಕಾಲ ಮುಂದುವರೆಯುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವಂತಹ ಭಾವನೆ ನಿಮ್ಮಿಂದ ದೂರವಾದರೆ ಒಳ್ಳೆಯದು. ಕಲಿಕೆಯೆನ್ನುವಂತಹ ಸ್ಥಿತಿಯು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಲ್ಲಿ ಹೊಸ ಹುರುಪು ಮತ್ತು ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳನ್ನು ಹೊರತರಬಲ್ಲದು. ಇಂತಹದೊಂದಕ್ಕೆ ಅವಕಾಶ ಮಾಡಿಕೊಡುವುದರಲ್ಲಿ ತಪ್ಪಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ವೃತ್ತಿಶಿಸ್ತು ಮತ್ತು ಶ್ರಮಪಡುವ ಗುಣಗಳು ಅವನಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲದಿದ್ದ ಪಕ್ಷದಲ್ಲಿ ಅವುಗಳು ಮೂಡುವುದಕ್ಕೆ ಬೇಕಾದ ಅವಕಾಶಗಳನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಓದಲು ಆಸಕ್ತಿ ಇಲ್ಲ ಎನ್ನುವುದು ನಿಮ್ಮ ಮಗನ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಬಂದಿದೆ. ಅದನ್ನು ತಕ್ಷಣಕ್ಕಾದರೂ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಸರಿ ಎನಿಸುತ್ತದೆ. ಅವನ ಆಸಕ್ತಿಗಳು ಬದಲಾಗಿವೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಇದೊಂದು ಅವಕಾಶ ಎನ್ನುವುದರ ಮೂಲಕ ಅವನ ಬೇಡಿಕೆಯತ್ತ ಗಮನ ಹರಿಸಬೇಕು.

▶▶ ನನ್ನ ಸಾಕು ಮಗಳು ಈಗ ಮೊದಲ ಪದವಿ ಪೂರ್ವ ತರಗತಿಗೆ ಸೇರಿಕೊಂಡಿದ್ದಾಳೆ. ನಮಗೆ ಮಕ್ಕಳಾಗದಿದ್ದ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ ಕಾನೂನಿನ ಪ್ರಕಾರವೇ ಅವಳನ್ನು ದತ್ತು ತೆಗೆದುಕೊಂಡಿದ್ದೇವೆ. ಸಣ್ಣ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ನಡೆದಿದ್ದರೂ ಅವಳ ಇಷ್ಟದಂತೆಯೇ ಮಾಡಿದ್ದೇವೆ. ಹೆತ್ತವರೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕ ಉತ್ತಮವಾಗಿದೆ. ಸಮಸ್ಯೆ ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡಿರುವುದು ಇತ್ತೀಚೆಗೆ, ಕಾಲೇಜು ಸೇರಿದ ನಂತರದಿಂದ. ಈ ವಿಷಯದ ಬಗ್ಗೆ ಅವಳ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಅದೇತಂಹದ್ದೋ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆ ಹುಟ್ಟಿಕೊಂಡಿದೆ. ಅವಳ ಬಾಲ್ಯದಿಂದಲೇ ಪರಿಚಯವಿರುವ ಆಪ್ತ ಗೆಳೆಯನಿದ್ದಾನೆ. ಅವನನ್ನು ಒಡಹುಟ್ಟಿದವನು ಎನ್ನುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನೋಡುತ್ತಾಳಲ್ಲದೆ ಅವನ ಬಗ್ಗೆ ತುಂಬಾ ವಿಶ್ವಾಸ, ಆದರವಿದೆ. ತನಗೆ ಜನ್ಮದಾತರಿದ್ದರೂ ಅನಾಥಳಾಗಿದ್ದೇನೆ, ಅವರಿಗೆ ನಾ ಬೇಡವಾಗಿದ್ದ ಕಾರಣದಿಂದಲೇ ದತ್ತು ಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ ಎಂದೆಲ್ಲಾ ಅವನೊಂದಿಗೆ ಹೇಳಿದ್ದಾಳೆ. ಈ ಮಾತು ಕೇಳಿ ನಮಗೂ ಕಳವಳವಾಗಿದೆ. ಅವಳನ್ನು ನಮ್ಮ ಮಗಳೆಂದು ಬಹಳ ಅಕ್ಕರೆಯಿಂದ ಸಾಕಿದ್ದೇವಲ್ಲದೆ ಅವಳ ಜನ್ಮದಾತರಿಂದ ಯಾವ ರೀತಿಯಲ್ಲೂ ದೂರಮಾಡಿಲ್ಲ, ಮಾಡುವ ಸ್ವಭಾವವೂ ಇಲ್ಲ. ಹೀಗಿದ್ದಾಗ ನಮ್ಮ ಮಗಳ ಮನಸ್ಸು ಕೆಡಲು ಕಾರಣವೇನಿರಬಹುದು? ಅವಳ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಇಂತಹ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆದು ಹಾಕುವುದು ಹೇಗೆ ಎನ್ನುವುದು ತಿಳಿಯುತ್ತಿಲ್ಲ. ದಯಮಾಡಿ ಸಲಹೆ ನೀಡಿ.

–ರತ್ನಮಾಲ, ಬೆಳಗಾವಿ

ಹದಿಹರೆಯದ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಇಂತಹ ಅನಿಸಿಕೆಗಳು ಕೆಲವರಲ್ಲಿ ಬರುವುದುಂಟು. ಈ ಮಾತುಗಳಿಗೆ ನಿಜ ಕಾರಣಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದು ಕಷ್ಟ. ಆದರೆ, ವಯಸ್ಸಿಗೆ ತಕ್ಕಂತಹ ಆಸೆ, ಗುರಿಗಳು ಏರುಪೇರಾದಾಗ ಈ ಮಾದರಿಯ ಆತ್ಮಾನುಕಂಪದ ಮಾತುಗಳು ಕೇಳಿಬರುತ್ತದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಇದನ್ನು ಬಗೆಹರಿಸಲಾಗದ ಸ್ಥಿತಿ ಎಂದುಕೊಳ್ಳುವ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ಅವಳಿಗೆ ಅಗತ್ಯವಿರುವ ನೆರವು/ ನೆಮ್ಮದಿ ಎರಡು ಕುಟುಂಬಗಳಿಂದಲೂ ಸಿಗುತ್ತಿದೆ. ಅವಳ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ, ಸಾಧನೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಅವಳಲ್ಲೇ ಇರಬಹುದಾದ ಅನಿಸಿಕೆ, ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳು ಭಗ್ನವಾದಾಗ ಇಂತಹ ಮಾತುಗಳು ಬಂದಿರಬಲ್ಲದು. ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ಅದನ್ನು ತಿಳಿಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ. ಅವರಿವರೊಂದಿಗೆ ಅವಳ ವರ್ತನೆಗಳನ್ನು ಹೋಲಿಕೆ ಮಾಡುವುದು ಬೇಡ. ಮಿತಿ ಮೀರಿದ ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳು ಇದ್ದಲ್ಲಿ ಅವುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಎಚ್ಚರವಿರಲಿ; ಅವೆಲ್ಲವನ್ನು ಪೂರೈಸುವ ಮಾತಾಡದಿರಿ. ಸಮಾಧಾನದ ಮಾತುಗಳ ಮೂಲಕ ಅವಳ ಅನಿಸಿಕೆಗಳಲ್ಲಿರುವ ಹುಸಿತನವನ್ನು ತೋರಿಸಿಕೊಡಿ. ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಹದಿಹರೆತನವೆನ್ನುವುದು ತಾತ್ಕಾಲಿಕ ಸ್ಥಿತಿ, ಅದು ಸಹಜವೆನ್ನುವ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿಯೇ ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ. ಕೆಲ ವಿಧದ ಹೊಸತನ ಮೂಡುವುದಕ್ಕೆ ಮುಂಚಿತವಾಗಿ ಗೊಂದಲ/ ಗೋಜಲುಗಳು ಸಹಜ. ಆದುದರಿಂದ ಅವಳ ಎಲ್ಲಾ ವರ್ತನೆ/ ಮಾತುಗಳ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ ಲಘುವಾಗಿದ್ದಷ್ಟು ಒಳ್ಳೆಯದು.

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