



ಸಮಸ್ಯೆ ಪರಿಹಾರ: ನಮ್ಮ ಪಾತ್ರವೇನು?

- ವಾಲಕರು ತಮ್ಮ ಅಪೇಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ತಮ್ಮ ಅಪೇಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ವಾಸ್ತವಿಕ ಹಾಗೂ ಮಗುವಿನ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಕ್ಕೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಯಶಸ್ಸಿಗೆ ಹಲವಾರು ದಾರಿಗಳು, ಮುಖಗಳು ಹಾಗೂ ಆಯಾಮಗಳಿವೆ. ಕಲಿಕೆಯ ಖುಷಿಯನ್ನು (Joy of Learning) ಅನುಭವಿಸುವುದು ಮುಖ್ಯ.
- ಫಲಿತಾಂಶಕ್ಕಿಂತ ಮಕ್ಕಳ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಪ್ರಶಂಸಿಸಿ. ಇದರಿಂದ ಮಕ್ಕಳ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ.
- ಮಕ್ಕಳು ತಪ್ಪು ಮಾಡಿದರೆ ಅವರನ್ನು ದೂಷಿಸಬೇಡಿ. ತಪ್ಪುಗಳು ಹೊಸ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಕಲಿಸುವ ಅವಕಾಶಗಳನ್ನಾಗಿ ನೋಡಬೇಕು.
- ಮಕ್ಕಳು ವ್ಯಘ್ರವನ್ನು ಕಂಡರೆ ಮಾತ್ರ ಅವರಿಗೆ ಪ್ರಯತ್ನ ಹಾಗೂ ಸಫಲತೆಯ ಮಹತ್ವದ ಅರಿವಾಗುತ್ತದೆ.
- ದೇಹ ಸೌಂದರ್ಯದ ಅತಿಯಾದ ಕಾಳಜಿಗಿಂತ ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯ ಹಾಗೂ ಆಹಾರ ಶೈಲಿಗೆ ಮಹತ್ವ ನೀಡಬೇಕು. ಶ್ರೇಣಿ, ಅಂಕಗಳಿಗಿಂತ ವಿಷಯವನ್ನು ಅರ್ಥೈಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ಗಮನಹರಿಸಬೇಕು.
- ನಮ್ಮ ನ್ಯೂನತೆಯನ್ನು ಅರಿತು ಅದನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡು ಮುನ್ನಡೆಯುವುದೇ ಜೀವನ. It's OK to be imperfect ಎಂಬುದನ್ನು ಧೈಯವಾಗಿಸಬೇಕು.

ಭಾರತ ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಚೀನಾವನ್ನು ಹಿಂದಿಕ್ಕಿ ವಿಶ್ವದ ಅತ್ಯಧಿಕ ಜನಸಂಖ್ಯೆ ಹೊಂದಿದ ದೇಶವೆನ್ನುವ ಹೆಗ್ಗಳಿಕೆಗೆ ಪಾತ್ರವಾಯಿತು. 140 ಕೋಟಿಗೂ ಹೆಚ್ಚು ಜನಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ದೇಶದಲ್ಲಿ, ಯುವಜನರ ಸಂಖ್ಯೆಯೂ ಗಣನೀಯ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿದೆ. 2030ರ ವೇಳೆಗೆ ನಮ್ಮ ದೇಶದಲ್ಲಿ 25 ಕೋಟಿಗಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚಿನ ದುಡಿಯುವ ಜನರ ಕಾರ್ಯಪಡೆಯಿರಲಿದ್ದು, ಇದು ವಿಶ್ವದ ಇತಿಹಾಸದಲ್ಲೇ ಅತಿ ದೊಡ್ಡ ಕಾರ್ಯಪಡೆಯಾಗಲಿದೆ. ಆದರೆ, ಇಲ್ಲಿಂದ ಪ್ರಶ್ನೆಯನ್ನು ನಾವು ಕೇಳಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಈ ಬೃಹತ್ ಕಾರ್ಯಪಡೆಯ ಆರೋಗ್ಯ ಹೇಗಿರಲಿದೆ? ನಮ್ಮ ಯುವಜನತೆಯು ದೈಹಿಕ ಹಾಗೂ ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಆರೋಗ್ಯವಾಗಿದ್ದರಷ್ಟೇ ದೇಶದ

ಉತ್ಪಾದಕತೆ ಹೆಚ್ಚಲಿದೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನಾವು ಮರೆಯುವಂತಿಲ್ಲ.

ನಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳ ಹಾಗೂ ಹದಿಹರೆಯದವರ ಆರೋಗ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಸರ್ಕಾರ 'ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಬಾಲ ಹಾಗೂ ಕಿಶೋರ ಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ' ಸೇರಿದಂತೆ ಅನೇಕ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಹಮ್ಮಿಕೊಂಡಿದೆ. ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದಾದಂತಹ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಚುಚ್ಚುಮದ್ದು ನೀಡುವುದು, ಪೋಷಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸುವುದು, ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ ರೋಗಗಳನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆ - ಹೀಗೆ, ಅನೇಕ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳ ಮೂಲಕ ದೈಹಿಕ ಆರೋಗ್ಯದ ವೃದ್ಧಿಗೆ ಕ್ರಮ ಕೈಗೊಳ್ಳುತ್ತಿದೆ. ಆದರೆ, ಇದೇ ಮಹತ್ವವನ್ನು ಹದಿಹರೆಯದವರ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ವೃದ್ಧಿಗೆ ನೀಡಲಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಶಿಕ್ಷಣ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯೂ

ಮಕ್ಕಳ, ಹದಿಹರೆಯದವರ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ವಿಶೇಷ ಪ್ರಾಶಸ್ತ್ಯ ನೀಡಿಲ್ಲ. ಬದಲಿಗೆ ಅವರನ್ನು ರೇಸಿನ ಕುದುರೆಗಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತಿದೆ. ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಸಂವೇದನೆಗಳು ಕಮರಲು ಶಿಕ್ಷಣ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯೇ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತಿದೆ.

ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯದ ಬಗೆಗಿನ ನಿರ್ಲಕ್ಷ್ಯ ಇಂದಿನದೇನೂ ಅಲ್ಲ. ಚರಿತ್ರೆಯ ಪುಟಗಳನ್ನು ತೆರೆದು ನೋಡಿದರೆ, ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಧಾನ್ಯತೆ ದೊರೆತಿಲ್ಲ. ಅದಕ್ಕೆ ಅರಿವಿನ ಕೊರತೆ, ಅನೇಕ ಮಿಥ್ಯಗಳು, ಮೂಢನಂಬಿಕೆಗಳು, ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ಮಾನವ ಸಂಪನ್ಮೂಲದ (ಮನೋವೈದ್ಯರು, ಮನಃಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞರು, ಮನೋಸಾಮಾಜಿಕ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು) ಕೊರತೆ