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

▸▸ ನನ್ನ ಪತ್ರ 'ನಮ್ಮಪ್ಪ ಹೀಗೇಕೆ?' ಎನ್ನುವುದನ್ನು ತಿಳಿಯಬೇಕು. ಎರಡನೇ ಪಿಯು ವಿಜ್ಞಾನದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿನಿ. ನನಗೂ, ಏಳನೆಯ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಓದುತ್ತಿರುವ ನನ್ನ ತಂಗಿಗೂ ನಮ್ಮ ಪಪ್ಪನ ವರ್ತನೆಗಳು ಬೇಸರ ತಂದಿದೆ. ಅಮ್ಮನನ್ನು ಕಾಡಿಸುವುದು, ನೋಯಿಸುವುದನ್ನು ಕಂಡರೆ ಹೀಗೆಲ್ಲಾ ದೊಡ್ಡವರು ಇರುತ್ತಾರೆಯೇ ಎನಿಸುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮಪ್ಪನಿಗೆ ಅವರ ಒಡಹುಟ್ಟಿದವರು ಎಂದರೆ ಪ್ರಾಣ. ಅವರಮ್ಮನ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಕೇಳುವುದೇ ದೊಡ್ಡತನ, ಸೌಜನ್ಯ ಎಂದುಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ. ತಾವು ಪ್ರೀತಿಸಿ ಮದುವೆಯಾಗಿದ್ದರೂ ಆಕೆ ಹೆಂಡತಿ, ತನ್ನ ಸಂತತಿಯನ್ನು ವೃದ್ಧಿಸಿದಾಕೆ ಎನ್ನುವ ಅರಿವೂ ಇಲ್ಲವಾಗಿದೆ. ಯಾವ ತಪ್ಪೂ ಮಾಡಿರದ ನಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಏಕೆ ತಾತ್ಸಾರ ಎನ್ನುವುದೇ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ. ಅವರ ಪ್ರತಿ ಬೇಕು, ಬೇಡಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ನಮ್ಮ ಮೇಲಂತೂ ಒಂದು ಚೂರು ಕರುಣೆ ಇಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಪ್ರತಿ ಕೆಲಸಕ್ಕೂ ವಿರೋಧ. ಮಕ್ಕಳ ಮನಸ್ಸು ಹಿತವಾಗಿರಲು ಮನೆಯ ವಾತಾವರಣ ಉತ್ತಮ ಆಗಿರಬೇಕು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ತಜ್ಞರು. ಇದು ನಮ್ಮ ಪಪ್ಪನಿಗೂ ಗೊತ್ತು, ಆಚರಣೆಗೆ ಮಾತ್ರ ತಂದಿಲ್ಲ. ಅವರು ಬೆಳೆದ ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿಯೇ ಇನ್ನೂ ಇರಬೇಕೆಂಬ ಬಯಕೆ ಅವರದ್ದು. ನಾವುಗಳು ಅಂತಹದೇ ಅಪೇಕ್ಷೆ ಹೊಂದಿದ್ದೇವೆ ಎಂದೆನಿಸುತ್ತಿಲ್ಲ ಅವರಿಗೆ, ಹೀಗೇಕೆ? ನಾನಾದರೂ ಹಾಗೂ, ಹೀಗೂ ಎಲ್ಲ ನೋವು, ಅಪಮಾನಗಳನ್ನು ನುಂಗಿಕೊಂಡು ದಿನ ಕಳೆಯುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ನನ್ನ ತಂಗಿಯಂತೂ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಅಸಹಾಯಕಳಾಗಿದ್ದಾಳೆ. ನಮ್ಮ ಅಮ್ಮ ಪಡಬಾರದ ಅಪಮಾನ, ಹಿಂಸೆಯಿಂದ ಬಳಲಿ ಬೆಂಡಾಗಿಬಿಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ. ಮದುವೆಗೆ ಮುಂಚಿತವಾಗಿ ಒಳ್ಳೆಯ ನೌಕರಿಯಲ್ಲಿದ್ದ ಅವರನ್ನು ಪ್ರೀತಿ, ಪ್ರೇಮ, ಕುಟುಂಬ ಎಂದು ಕೆಲಸ ಬಿಡಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಈಗ ಅವರ ನಿತ್ಯದ ಬೇಕುಬೇಡಗಳನ್ನೂ ಒದಗಿಸಿದೆ ಸದಾ ಶಿಕ್ಷೆ ಕೊಡುವ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿಯೇ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಹೊರಗಿನವರನ್ನು ಕಂಡರೆ ಹಿಗ್ಗಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಅವರು ಸರ್ಕಾರದ ಒಳ್ಳೆಯ ನೌಕರಿಯಲ್ಲಿರುವಂತಹವರು. ನಮ್ಮಪ್ಪನ ಬುದ್ಧಿಯನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಲು ಏನಾದರೂ ಮಾರ್ಗವಿದ್ದರೆ ತಿಳಿಸಿಕೊಡುವಿರಾ?

-ಸುಧಾ, ಧಾರವಾಡ

ಹೊಣೆಗೇಡಿತನದ ಪರಮಾವಧಿ ಇದು. ಕುಟುಂಬದ ಹಿತ ರಕ್ಷಕನೆ ರಾಕ್ಷಸನಂತೆ ವರ್ತಿಸಿದಾಗ ಸಮುದಾಯ/ ಕಾನೂನಿನತ್ತ ನೋಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ನಿಮ್ಮ ತಂದೆಯ ವರ್ತನೆಗಳು ಕುಟುಂಬ ದೌರ್ಜನ್ಯಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಕಾನೂನಿನ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ಬರುವಂತಹದ್ದು. ಇಂತಹ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ತಲುಪುವುದಕ್ಕೆ ಮೊದಲು ನಿಮ್ಮ ಹಿರಿಯರು, ಹೊರಗಿನವರ ಗಮನಕ್ಕೆ ಈ ಕ್ರೌರ್ಯವನ್ನು ತರುವ ಅಗತ್ಯವಿದೆ. ಈ ಬಗ್ಗೆ ಅವರಿಗೆ ಅರಿವು ಮೂಡಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಆಲೋಚಿಸಿ. ಇದನ್ನು ನಿಮ್ಮ ತಾಯಿಯೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಸ್ತಾಪಿಸಿ ನಂತರ ಮುಂದುವರೆಯುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು. ಆಕೆ ನೋವು, ಅನ್ಯಾಯಗಳನ್ನು ನುಂಗಿಕೊಂಡಿರುವುದಕ್ಕೆ ಕಾರಣಗಳು ಯಾವುದೇ ಆಗಿದ್ದರೂ ಅವುಗಳಿಗೆ ತಡೆಹಾಕುವ ಮಾರ್ಗದ ಬಗ್ಗೆ ಆಕೆಯ ನಿಲುವು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ನಿಮ್ಮ ತಂದೆಯ ಕಡೆಯವರೊಂದಿಗೆ ಮಾತಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದಲ್ಲಿ ಪತ್ರದ ಮೂಲಕ ನಿಮಗಾಗುವ ಹಿಂಸೆ ಬಗ್ಗೆ ಹೇಳುವುದರಲ್ಲಿ ತಪ್ಪಿಲ್ಲ. ಇವೆಲ್ಲವನ್ನು ಹೊರತು ಪಡಿಸಿ ಅವರ ಗೆಳೆಯರ ವೃಂದಕ್ಕೂ ಈ ಹೊಣೆಗೇಡಿತನದ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಇವೆಲ್ಲದರ ಒಟ್ಟಾರೆ ಪರಿಣಾಮ ನಿಮ್ಮ ಭವಿಷ್ಯದ ಬದುಕನ್ನು ಹಸನಾಗಿಸಬಲ್ಲದು ಎನ್ನುವ ಭಾವನೆಗಿಂತ ಸದ್ಯದ ಒತ್ತಡ, ಹಿಂಸೆಗಳಿಗೊಂದು ಬಿಡುವು ಸಿಗಬಲ್ಲದು ಎನ್ನುವ ಅನಿಸಿಕೆಯೇ ಮುಂದಿರಲಿ. ನಿಮ್ಮ ತಂಗಿಯ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿರುವ ಭಯ, ಆತಂಕದ ನಿವಾರಣೆಯ ಕಡೆ ಗಮನ ಹರಿಸಬೇಕು. ಎಲ್ಲಾ ಮನುಷ್ಯರು ಹೀಗಿರುವುದಿಲ್ಲ ಎನ್ನುವ ವಿಶ್ವಾಸ ಅವಳಲ್ಲಿ ಮೂಡಿಸಿ. ಜೊತೆಗೆ ನಿಮ್ಮ ಶಿಕ್ಷಣ, ಆಸಕ್ತಿಗಳತ್ತ ಎಷ್ಟು ಸಾಧ್ಯವೋ ಅಷ್ಟು ಗಮನವಿರಲಿ. ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಒಳ್ಳೆಯತನವನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಕೊಡದಿರಿ. ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸುವ ಮಾರ್ಗಗಳಿವೆ ಎನ್ನುವ ಭರವಸೆ ಕಡಿಮೆಯಾಗದಂತೆ ಎಚ್ಚರವಿರಲಿ.

▸▸ ನನಗೆ 4 ವರ್ಷದ ಗಂಡು ಮಗುವಿದೆ. ನನ್ನ ಗಂಡ ಮತ್ತು ನಾನು ಬೇರೆ, ಬೇರೆ ಊರಿನಲ್ಲಿ ನೌಕರಿ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಕಾರಣ ಮಗುವನ್ನು ತವರಿನಲ್ಲಿ ಬಿಟ್ಟಿದ್ದೇನೆ. ರಜೆ, ಬಿಡುವು ಸಿಕ್ಕಾಗಲೆಲ್ಲಾ ಅವನೊಂದಿಗೆ ಸಮಯ ಕಳೆಯುತ್ತೇವೆ. ಅವನ ಕೆಲ ವರ್ತನೆಗಳು ಆತಂಕವನ್ನು ಹುಟ್ಟಿಸುತ್ತಿದೆ. ಈಚೆಗೆ ಅವನಿಗೆ ಹೆಣ್ಣು ಮಕ್ಕಳ ಬಳೆ, ಸೀರೆ ತೊಡುವುದು, ಹೂವು ಮುಡಿಯುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ಆಸಕ್ತಿ ಇದ್ದಂತೆ ಕಾಣಿಸುತ್ತದೆ. ಒಂದೆರಡು ಸಲ ಇವುಗಳನ್ನು ಬಳಸಬಾರದೇಕೆ ಎಂದು ಕೇಳಿದ್ದುಂಟು. ಗಡುಸಾಗಿ ಹೇಳಿದರೆ ಸುಮ್ಮನಾಗುತ್ತಾನೆ. ಇದು ಕುತೂಹಲದಿಂದ ಹುಟ್ಟಿಕೊಂಡ ವರ್ತನೆಯೋ, ಅಥವಾ ಅವನು ಬೆಳೆಯುತ್ತಿರುವ ಮನೆಯ ಪರಿಸರ ಕಾರಣವೋ ತಿಳಿಯದಾಗಿದೆ. ಅವನ ಈ ವರ್ತನೆಗಳು ಭವಿಷ್ಯದ ಲಿಂಗ (ಪರಿವರ್ತನೆ) ಪಾತ್ರದ ಸೂಚನೆಯೇ ಎನ್ನುವ ಅನಿಸಿಕೆ ನಮ್ಮ ಗೊಂದಲಕ್ಕೆ ಕಾರಣ. ದಯಮಾಡಿ ಮಾಹಿತಿ ನೀಡಿ.

-ವಿದ್ಯಾ, ಚಿತ್ರದುರ್ಗ

ನಿಮ್ಮ ಮಗುವಿನ ವರ್ತನೆಯಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬಂದಿರುವ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ಭಯ, ಆತಂಕದಿಂದ ನೋಡುವ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ. ಕೆಲ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಇಂತಹ ಕುತೂಹಲಗಳು ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡು, ಮರೆಯಾಗುವುದುಂಟು. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಇವು ಲಿಂಗ ಗೊಂದಲಗಳಿಗೂ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತವೆ. ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಗಂಡು ಮಕ್ಕಳು ಹೆಣ್ಣುತನವನ್ನು ಬಯಸುತ್ತಾರೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಅಂಕಿ– ಅಂಶಗಳು ಸೂಚಿಸುತ್ತವೆ. ಇಂತಹ ಬಯಕೆ/ಅನಿಸಿಕೆ ಇರುವವರಲ್ಲಿ ಸಾಮಾಜಿಕ ವರ್ತನೆಗಳು ಸಹ ಸೂಚಿಯಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಹೆಣ್ಣು ಮಕ್ಕಳ ಸಹವಾಸ, ಅವರೊಂದಿಗೆ ಸಿಗುವ ನೆಮ್ಮದಿ, ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ಸಹಲಿಂಗದವರೊಂದಿಗೆ ಇರದು. ಅಂದರೆ ಗಂಡಾಗಿದ್ದರೂ ಹವಾಭಾವ, ಅನಿಸಿಕೆಗಳೆಲ್ಲವೂ ಪರಲಿಂಗದ ರೀತಿ ಆಗಿರುತ್ತದೆ. ತನ್ನ ಉಡುಗೆ– ತೊಡುಗೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಅಸಹ್ಯವೇ, ಆತಂಕ ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಪರಲಿಂಗದವರ ವಸ್ತ್ರ, ವೈಯಾರಗಳನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಕಷ್ಟವಾದಾಗ, ಒಂಟಿತನ, ಬೇಸರ, ಅಸಹಾಯಕತೆಯ ವರ್ತನೆಗಳು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ತಮ್ಮ ಹುಟ್ಟಿನೊಂದಿಗೆ ಬಂದ ಜನನೇಂದ್ರಿಯದ ಬಗ್ಗೆ ಅಸಹ್ಯ, ಹೇವರಿಕೆ ಇರುವುದು. ಎಳೆತನದಿಂದಲೇ ಕಾಣಿಸುವ ಈ ವರ್ತನೆಗಳು ಹೊಂದಾಣಿಕೆಯ ಸಮಸ್ಯೆಗೂ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಸಮ ಲಿಂಗದವರೊಂದಿಗೆ ಬೆರೆಯುವುದು ಕಷ್ಟವಾಗುವುದರಿಂದ ಪರಲಿಂಗದವರತ್ತ ಆಸಕ್ತಿ ಹೆಚ್ಚಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಪರಲಿಂಗದವರ ಮಾನ್ಯತೆಯನ್ನು ಗಳಿಸಲಾಗದಿದ್ದಾಗ ಗೊಂದಲದ ವರ್ತನೆಗಳು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ನಿಮ್ಮ ಮಗುವಿನ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ಮತ್ತಷ್ಟು ಗಮನಿಸಿ. ಭಯ, ಆತಂಕದ ಮೂಲಕ ಅವನ ಲಿಂಗದ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿವಳಿಕೆ ನೀಡುವುದು ಬೇಡ. ಪ್ರಕೃತಿ ದತ್ತವಾದ ಲಿಂಗ ವರ್ತನೆಯ ಕಡೆ ಗಮನ ಹರಿಸುವಂತೆ ಮಾಡಿ. ನಿಮ್ಮ ಮಗುವಿನ ವರ್ತನೆಗೆ ಅವನ ಸದ್ಯದ ಪರಿಸರವೂ ಪ್ರೇರಣೆಯಾಗಿರಬಹುದು. ಕೆಲವು ಪೋಷಕರು ಇಂತಹದೊಂದು ಬಯಕೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚು ತಲೆ ಕೆಡಿಸಿಕೊಳ್ಳದಿರುವುದು ಉಂಟು. ತಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳ ಬಯಕೆಗಳು ಏನೇ ಇರಲಿ ಅವುಗಳಿಂದ ಇತರರಿಗಾಗಲಿ, ತನಗಾಗಲಿ ಹಾನಿಯಾಗದಿದ್ದ ಪಕ್ಷದಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳ ಮಾನಸಿಕ ಬಯಕೆಯ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಪೋಷಿಸುವ ಉದಾಹರಣೆಗಳು ಸಾಕಷ್ಟಿವೆ. ಆದುದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಮಗುವಿನ ಮಾನಸಿಕ ಶಕ್ತಿಗಳು ಕುಂದದೆ ಇರುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ನಡೆ– ನುಡಿಗಳು ಇರಬೇಕು. ಮಾಟ, ಮಂತ್ರಗಳ ಮೂಲಕ ಇಂತಹ ವರ್ತನೆಗಳನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಬೇಡ. ತಜ್ಞರ ನೆರವು ನಿಮ್ಮ ಆತಂಕವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಬಲ್ಲದು. ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಮಗು (ಮತ್ತು ಪೋಷಕರ) ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಆತಂಕ, ತಲ್ಲಣಗಳು ಅಂಟಿಕೊಳ್ಳದಂತೆ ಎಚ್ಚರ ವಹಿಸಿ.

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