



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

▶ ನನಗೆ ಇಬ್ಬರು ಮಕ್ಕಳು. ಹಿರಿಯವಳಿಗೆ 12, ಕಿರಿಯವನಿಗೆ 9 ವರ್ಷ. ನನ್ನ ಮಗ ಹುಟ್ಟಿದಾಗ ಕೊಂಚ ತೊಂದರೆ ಇದ್ದು ಅದಕ್ಕೆ ತಕ್ಕ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿಸಿದ್ದೇವೆ. ಆ ನಂತರದಲ್ಲಿ ಆರೋಗ್ಯದ ಸಮಸ್ಯೆ ಏನು ಇರಲಿಲ್ಲವಾದರೂ ಮೈ ಕೈ ತುಂಬಿಕೊಂಡು ಬೆಳೆಯಲಿಲ್ಲ. ಈಗಲೂ ಕೃಶವಾಗಿದ್ದಾನೆ. ಈಗವನು ಎರಡನೆಯ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಓದುತ್ತಿದ್ದು, ಎಲ್ಲದರಲ್ಲೂ ಹಿಂದಿದ್ದಾನೆ. ಹಾಗೆ ನೋಡಿದರೆ ಶಾಲೆಗೆ ಸೇರಿಸಿದಾಗ ನಿಂದಲೂ ಓದು, ಬರಹದಲ್ಲಿ ಹಿಂದೆ. ಈ ಕಾರಣಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಒಂದೆರಡು ಸಲ ಒಂದೇ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಓದಿಸಬೇಕಾಗಿಯೂ ಬಂದಿತ್ತು. ಆಗ ಶಾಲೆಯವರನ್ನು ಕಾಡಿ, ಬೇಡಿ ಮುಂದಿನ ತರಗತಿಗೆ ಹೋಗುವುದಕ್ಕೆ ಅವಕಾಶ ದೊರಕಿಸಿಕೊಂಡೆವು. ಅವನಿಗೆ ಕಲಿಸುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಿ ನಾನು ಸೋತಿದ್ದೇನೆ. ಎಷ್ಟೇ ಸಾಧನಾನದಿಂದ ಹೇಳಿಕೊಟ್ಟರೂ ಗ್ರಹಿಸುವುದಿಲ್ಲ, ಆಸಕ್ತಿ ತೋರಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಬದಲಿಗೆ ಸಿಟ್ಟು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಈಗ ಶಾಲೆಯವರಿಂದ ತುಂಬಾ ಒತ್ತಡ ಬಂದಿದೆ. ಅವನು ಸರಿಯಾಗಿ ಓದು ಬರಹದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಕೊಳ್ಳದಿದ್ದರೆ ಶಾಲೆಯನ್ನೇ ಬಿಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ತರಗತಿಯ ಶಿಕ್ಷಕಿ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಈಗ ನಾನೇನು ಮಾಡಬೇಕು ಎನ್ನುವುದೇ ತೋಚುತ್ತಿಲ್ಲ. ಅವನನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಲು ಯಾವ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಅನುಸರಿಸಬೇಕೆಂಬುದೇ ಗೊತ್ತಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ. ನನ್ನ ಮಗ ಕಲಿಯಲು ಏಕೆ ಅಶಕ್ತನಾಗಿದ್ದಾನೆ? ಅವನಿಗೆ ಶಿಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿ ಏಕೆ ಉಂಟಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ? ಅವನಿಗೇನಾದರೂ ಕಲಿಯುವ ಸಮಸ್ಯೆ ಇದ್ದರೆ ಅದನ್ನೇಕೆ ಅವನು ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿಲ್ಲ? ಮತ್ತೇ ನನ್ನ ಮಗನಿಗೆ ಮಾತ್ರವೇಕೆ ಕಲಿಯುವುದಕ್ಕೆ ಆಸಕ್ತಿ ಇಲ್ಲ ತಿಳಿಸಿ.

- ಉಷಾ ವೆಂಕಟೇಶ, ಬೆಂಗಳೂರು

ನಿಮ್ಮ ಮಗನಲ್ಲಿ ಕಲಿಯಲು ಅಗತ್ಯವಾಗಿ ಇರಬೇಕಾದಂತಹ ಮಾನಸಿಕ ಶಕ್ತಿ ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿ ಬಂದಿಲ್ಲವೆಂದು ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ನಿಮ್ಮ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಿಸ ಬೇಕಾಗಿದೆ. ಮಕ್ಕಳ ಕಲಿಕೆಯ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಹುಟ್ಟಿನಿಂದಿಗಿಯೇ ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡು ಬೆಳವಣಿಗೆಯೊಂದಿಗೆ ಬದಲಾಗುತ್ತಾ ಬರುತ್ತದೆ. ಇಂತಹದೊಂದು ಶಕ್ತಿ ಹೆಚ್ಚು ಕಡಿಮೆ ಎಲ್ಲರಲ್ಲಿಯೂ ಇದ್ದೇ ಇರುವುದು. ಹಾಗೆಂದ ಮಾತ್ರಕ್ಕೆ ಎಲ್ಲರಲ್ಲಿಯೂ ಒಂದೇ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತದೆ ಎಂದು ಹೇಳುವುದು ಕಷ್ಟ. ಕೆಲವು ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಕಲಿಯಲು ಅಗತ್ಯವಾಗಿ ಬೇಕಾಗಿರುವಂತಹ ಮಾನಸಿಕ ಶಕ್ತಿಗಳು ಸರಿಯಾದ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಸೂಕ್ತ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳದಿರಬಹುದು. ಇಂತಹ ದೊಂದು ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಮಿದುಳಿನ ಕಾರ್ಯಾಂಗೀಯ ಕಾರಣವಾಗಿರಬಹುದು. ಶಿಕ್ಷಣ ಅಥವಾ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸಕ್ಕೆ ಅಗತ್ಯವಾಗಿ ಬೇಕಾಗಿರುವ ಮನುಷ್ಯ ಸಹಜ ಶಕ್ತಿಗಳಲ್ಲಿ ನೆನಪು, ಗ್ರಹಣಶಕ್ತಿ, ಅನುಕರಣೆ, ಭಾಷಾ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳು ಕನಿಷ್ಠ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಯಾದರೂ ಇರಲೇಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಇವು ಮಗುವಿನ ಸಾಮಾಜಿಕ, ಮಾನಸಿಕ ಹೊಂದಾಣಿಕೆ ಹೆಚ್ಚಲು ನೆರವಾಗುತ್ತದೆ. ಇವು ವಯಸ್ಸಿಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳದಿದ್ದಾಗ ನಿಮ್ಮ ಹುಡುಗ ಎದುರಿಸುತ್ತಿರುವ ಸನ್ನಿವೇಶ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಹೇಳಿಕೊಟ್ಟಿದ್ದನ್ನು ಕಲಿಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿರುವ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ. ಒಟ್ಟಾರೆ ಇಂತಹ ಮಕ್ಕಳು ಸೋಮಾರಿತನದಿಂದಲೋ, ನಿರುತ್ತಾಹದಿಂದಲೋ ಹೀಗೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಸರಿಯಲ್ಲ. ಖಂಡಿತ ಇಂತಹ ವರ್ತನೆಯು ಉದ್ದೇಶಪೂರಕವಾಗಿ ಇರುತ್ತದೆ ಎನ್ನಲಾಗದು. ಕಲಿಯಲು ಬೇಕಾದ ಒಳಶಕ್ತಿಗಳು ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿ ನೆರವಿಗೆ ಬರುತ್ತಿಲ್ಲವೆಂದೇ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು. ನಿನ್ನ ತಿಳಿದಿರುವಂತೆ ಅವನಿಗೆ ಕಲಿಯಲು ಉತ್ತಾಹವಿಲ್ಲ, ಗ್ರಹಣ ಶಕ್ತಿ ಸಾಲದು ಎನ್ನುವ ಮಾತು ಸುಳ್ಳೆನು ಅಲ್ಲ. ಆದರೇ ನಿನ್ನ ತಿಳಿದಿರುವ ಕಾರಣಗಳಿಂದ ಇಂತಹ ಸ್ಥಿತಿ ಉಂಟಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಬದಲಿಗೆ ಮಿದುಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತಹ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಇರುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳಿವೆ. ಕಲಿಕೆಯ ಮಿತಿಗಳನ್ನು ಇವೇ ಉಂಟುಮಾಡು

ತ್ತಿರಬಹುದು. ಹೀಗಿದ್ದಾಗ ಇಂತಹ ಮಕ್ಕಳ ಭವಿಷ್ಯವೇನು? ಇವರು ಯಾವ ಮಾದರಿಯಲ್ಲಿ ಜೀವನವನ್ನು ಎದುರಿಸಬೇಕು ಎನ್ನುವುದನ್ನು ತಿಳಿಸಿಕೊಡುವುದು ಹೇಗೆ? ಯಾರು ಇದನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು? ಎನ್ನುವ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ಹುಟ್ಟಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಸಹಜ. ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಈ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿಯೂ ಒಂದಲ್ಲಾ ಒಂದು ಕೌಶಲ್ಯವಿದ್ದೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಅದು ಮಾತಿನ ಕೌಶಲ್ಯವಿರಬಹುದು, ಕರ ಕೌಶಲ್ಯವಿರಬಹುದು ಅಥವಾ ಅಂಗಾಂಗಗಳನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ಮಾಡುವ ಕಲೆಗಾರಿಕೆ, ಕಸುಬುಗಳು ಆಗಿರಬಹುದು. ಇದಲ್ಲದೆ ಅಭಿನಯ, ಸಂಗೀತ, ನೃತ್ಯ, ತ್ರೀಡೇಗಳನ್ನು ಕಲಿಯುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವೂ ಇರಬಹುದು. ಆದುದರಿಂದ ಇವುಗಳತ್ತ ಗಮನ ಹರಿಸುವುದು ಉತ್ತಮ. ಓದು ಬರಹಗಳನ್ನು ಕ್ರಮೇಣ ಕಲಿತುಕೊಳ್ಳುವವರು ಇಂತಹ ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿರುತ್ತಾರೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಮರೆಯಬಾರದು. ನಿಮ್ಮ ಹುಡುಗನಲ್ಲಿರುವಂತಹ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಯಾವುದನ್ನುವುದನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದರತ್ತ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ ಅವನಿಗೆ ಅಪಮಾನ ಮಾಡುವುದು, ಕಲಿ ಎಂದು ಒತ್ತಡ ಹೇರುವುದು, ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಉತ್ತೀರ್ಣನಾಗದಿದ್ದರೇ ಶಿಕ್ಷೆ ಕೊಡುವುದಾಗಿ ಬೆದರಿಸುವುದರಿಂದ ಹೆಚ್ಚಿನದೇನನ್ನೂ ಸಾಧಿಸಲು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ಇವು ಒರಟುತನ, ಅಸಹಾಯಕತೆ, ನಿರಾಶೆ, ನಿರುತ್ತಾಹ ಗಳನ್ನು ಹುಟ್ಟಿಸುತ್ತದೆ. ನಿಮ್ಮ ಮಗನ ಮಾನಸಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಮಟ್ಟವನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಂಡು ಮುಂದಿನ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಿ. ಇದರೊಂದಿಗೆ ನಿಮ್ಮ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರ ಅಗತ್ಯವೂ ಇದೆ. ಮನೆಯಲ್ಲಿರುವ ಇನ್ನೊಂದು ಮಗು ಎಲ್ಲ ರೀತಿಯಲ್ಲಿಯೂ ಉತ್ತಮವಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಆ ಮಗುವಿನೊಂದಿಗೆ ಹೋಲಿಸಿ ಸಂಕಟಪಡುವುದು ಸರಿಯಲ್ಲ. ಎಲ್ಲರೂ ಒಂದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಇರಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ನಿಮ್ಮ ಗಂಡುಮಗುವಿಗೆ ಸಮಸ್ಯೆ ಇದೆ. ಆ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ನಿವಾರಣೆ, ಮಗುವಾಗಲೀ ಕಾರಣವಿಲ್ಲ. ಪ್ರಕೃತಿಯ ವಿಧಾನವೇ ಹಾಗೆಂದುಕೊಂಡು ಧೈರ್ಯವಾಗಿ ಸವಾಲನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು.

▶ ಇಂದು ಟಿವಿಯ ಬಹಳಷ್ಟು ವಾಹಿನಿಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿದಿನ ಬಿತ್ತರಿಸುವ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು ಮಕ್ಕಳ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಹಿತವಿರುವಂತಹದಲ್ಲ. ಇಂತಹ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಿಂದ ಮನಸ್ಸು ವಿಕಾಸಗೊಳ್ಳುವ ಬದಲಿಗೆ ವಿಕಾರವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರ ಪರಿಣಾಮ ಮಕ್ಕಳ ಕಲಿಕೆ ಮತ್ತು ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದ ಮೇಲೂ ಅಡ್ಡಪರಿಣಾಮ ಬೀರುವಂತಹದ್ದು. ಮನರಂಜನೆಯ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳ ಮನಸ್ಸು ಕೆಡಿಸುವ ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಿಗೆ ಕಡಿವಾಣ ಹಾಕಬೇಕಲ್ಲವೆ? ವಾಹಿನಿಯವರೇ ನೀತಿ ಸಂಹಿತೆಯೊಂದನ್ನು ರಚಿಸಿಕೊಂಡು ಅದನ್ನು ಕಟ್ಟುನಿಟ್ಟಿನಿಂದ ಪಾಲಿಸಿದರೆ ಅದಷ್ಟೋ ಸಂಸಾರಗಳನ್ನು ಉಳಿಸಿದಂತೆ ಆಗುತ್ತದೆಯಲ್ಲವೆ? ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮ್ಮ ಅಭಿಪ್ರಾಯವೇನು? ತಿಳಿಸಿ.

-ಆರ್.ಎ. ಪ್ರಭು ಕುಮಟಾ, ಉತ್ತರ ಕನ್ನಡ

ಟಿವಿ ನೋಡುವ ಚಟಕ್ಕೆ ಸಿಕ್ಕಿಕೊಂಡಿರುವವರ ಸಂಖ್ಯೆ ತುಂಬ ದೊಡ್ಡದೇ ಇದೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳಂತೆಯೇ ಹಿರಿಯರು ಅಪಾರ ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿದ್ದಾರೆ. ಆದರೆ ಮಕ್ಕಳ ಮಾನಸಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಟಿವಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಪೋಷಕರ ಎಚ್ಚರಿಕೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಇರಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಅನೇಕ ಪೋಷಕರು ತಮ್ಮ ಎಳೆಯ ಕಂದಮ್ಮಗಳಿಗೆ ಊಟ ಮಾಡಿಸುವಾಗ, ಇನ್ನಿತರ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುವಾಗ ಟಿವಿ ವಿಕ್ಷೇಪವನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅಂದರೆ ಅತಿ ಸಣ್ಣ ವಯಸ್ಸಿನಿಂದಲೇ ಟಿವಿ ನೋಡುವುದು ಒಂದು ಅಗತ್ಯ ಚಟುವಟಿಕೆ ಎನ್ನುವಂತಹ ಭಾವನೆ ಎಳೆಯ ವಯಸ್ಸಿನಿಂದಲೇ ಮೂಡಿಸುವುದು ಒಂದು ಸಾಮಾಜಿಕ ವಾಡಿಕೆಯಾಗಿದೆ. ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಏಳುತ್ತಿದ್ದಂತೆಯೇ ಟಿವಿ ಹಾಕುವುದು ಅನೇಕ ಮನೆಗಳ ಸಂಪ್ರದಾಯ. ಟಿವಿಯನ್ನು ವಿಕ್ಷೇಪವು ರೀತಿ, ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳ ಆಯ್ಕೆ, ವಿಕ್ಷೇಪವ ಸಮಯ ಮತ್ತು ಅವಧಿಯನ್ನು ಪೋಷಕರು ನಿಯಂತ್ರಿಸಿದರೆ ಅದಕ್ಕಿಂತಲೂ ಉತ್ತಮವಾದಂತಹ ಸಂಹಿತೆ ಮತ್ತೊಂದು ಇರಲಾರದು. ಆದರೆ, ಇಂತಹ ಸ್ವನಿಯಂತ್ರಣವನ್ನು ಅನುಷ್ಠಾನಕ್ಕೆ ತರದಂತಹ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಮನೆಯ ವಾತಾವರಣವೇ ಸೃಷ್ಟಿಸಿರುವುದು ಸಾಮಾನ್ಯ. ಇದಲ್ಲದೆ, ಟಿವಿಯಲ್ಲಿ ಬರುವುದೆಲ್ಲವೂ ಕೆಟ್ಟವು ಎಂದು ಹೇಳಲಾಗದು. ಅದಷ್ಟೋ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಹಿತವನ್ನಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ ಉತ್ತಮ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸಹ ಒದಗಿಸುತ್ತವೆ. ಮಕ್ಕಳ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಉತ್ತಮ ಮತ್ತು ಕಳಪೆ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳ ಬಗ್ಗೆ ವಿವೇಚನೆ ಮೂಡಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ಟಿವಿ ಚಟಕ್ಕೆ ಸಿಕ್ಕಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಬಹುದು. ಟಿವಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ನೋಡುವ ಉದ್ದೇಶ ಮತ್ತು ನೋಡುತ್ತಿರುವಾಗ ಇರಬೇಕಾದಂತಹ ಮನಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ತಿಳಿಸಿಕೊಟ್ಟು ಚಟ ಅಥವಾ ಅವಲಂಬನೆಗೆ ಒಳಗಾಗುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಬಹುದು. ಮಕ್ಕಳ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಕೆಡಿಸುತ್ತಿರುವ ಕಾರಣಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಟ್ಟ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು ಒಂದಿರಬಹುದಷ್ಟೆ.