



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

▶ ನಾನು ಮತ್ತು ನನ್ನ ಅಣ್ಣ ಒಟ್ಟಿಗೆ ಕೂಡು ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿ ವಾಸವಿದ್ದೆವು. ನಮ್ಮ ಅಣ್ಣನಿಗೆ ಎಂಟು ವರ್ಷದ ಮಗನಿದ್ದಾನೆ. ನನಗೆ ಇಬ್ಬರು ಮಕ್ಕಳು. ಹಿರಿಯವನಿಗೆ ಈಗ ಎಂಟು ವರ್ಷ, ಕಿರಿಯವನಿಗೆ ನಾಲ್ಕು ವರ್ಷ. ಈಗ ಎರಡು ವರ್ಷದಿಂದ ನಾನು ಬೇರೆಯಾಗಿ ವಾಸಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ನನ್ನ ಸಮಸ್ಯೆ ಏನಂದರೆ, ನನ್ನ ಹಿರಿಯ ಮಗ ಶಿಶುವಿಹಾರ ಮತ್ತು ಎಲ್‌ಕೆಜಿ, ಯುಕೆಜಿ ಮಟ್ಟದ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳಲ್ಲದರಲ್ಲಿಯೂ 95 ರಿಂದ 98% ರಷ್ಟು ಅಂಕಗಳನ್ನು ಗಳಿಸುತ್ತಿದ್ದ. ಇದೀಗ ಮೊದಲನೆಯ ಮತ್ತು ಎರಡನೆಯ ತರಗತಿಗಳ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳಲ್ಲಿ ಕೇವಲ 50 ರಿಂದ 60% ಅಂಕಗಳನ್ನು ಪಡೆದಿರುತ್ತಾನೆ. ಓದುವುದರಲ್ಲಿ, ಬರೆಯುವುದರಲ್ಲಿ ನಿಧಾನಿ. ಮತ್ತೆ, ಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ಬರುವ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳೆಲ್ಲಕ್ಕೂ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಉತ್ತರ ಹೇಳಬಲ್ಲ ಮತ್ತು ಬರೆಯಬಲ್ಲ. ಆದೇ, ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಎಲ್ಲಾ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೂ ಉತ್ತರ ಬರೆಯುವುದಿಲ್ಲ. ಸಮಯ ಸಾಲಲಿಲ್ಲ, ಉತ್ತರ ಮರೆತು ಹೋಯಿತು ಎಂದೆಲ್ಲಾ ಹೇಳುತ್ತಾನೆ. ಶಾಲೆಗೆ ಹೋಗುವ ಆಸಕ್ತಿಯು ಕಡಿಮೆಯಾದಂತೆ ಕಂಡುಬರುತ್ತಿದೆ. ಅವನ ಈ ವರ್ತನೆಗಳಿಗೆ ಕೂಡು ಕುಟುಂಬದಿಂದ ಹೊರಬಂದಿದ್ದು ಕಾರಣವಿರಬಹುದೇ? ದಯಮಾಡಿ ಪರಿಹಾರ ತಿಳಿಸಿ.

-ಗಿರೀಶ ಕುಳ್ಳಯ್ಯಾ, ರಾಣಿಬೆನ್ನೂರು

ಪೂರ್ವಶಾಲಾ ಅವಧಿ, ಅಂದರೆ ಮೂರು ವರ್ಷದಿಂದ ಆರು ವರ್ಷದ ವರೆಗಿನ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಶಿಶುವಿಹಾರಕ್ಕೆ ಕಳಿಸುವುದು ವಾಡಿಕೆ. ಈ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳು ಇತರರೊಂದಿಗೆ ಬೆರೆಯಲಿ, ಕಲಿಯುವುದರತ್ತವೂ ಮನಸ್ಸು ಮಾಡಲಿ ಎನ್ನುವ ಉದ್ದೇಶವೇ ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಈ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು, ಅಂಕಗಳು ಹೆಚ್ಚಿನದೇನನ್ನೂ ಸೂಚಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಹೀಗಾಗಿ ಇಲ್ಲಿ ಗಳಿಸುವ ಅಂಕಗಳನ್ನು ಬುದ್ಧಿ ಮಟ್ಟದ ಸೂಚಿಯೆನ್ನುವುದಾಗಿ ಪರಿಗಣಿಸುವುದು ಅಪಾಯಕಾರಿ. ಬಹುಶಃ ಇಂತಹದೊಂದು ಸನ್ನಿವೇಶದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಮಗು ಇದೆ ಎನಿಸುತ್ತದೆ. ನಿಮ್ಮ ಮಗು ಗಳಿಸಿದ ಅಂಕಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಮ್ಮೆ ಇರಲಿ, ಒಳ್ಳೆಯದು. ಆದರೆ ಅದನ್ನೇ ಮಾನದಂಡವಾಗಿ ಇರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಬೇಡ. ಇಂತಹ ತಪ್ಪು ಅಂದಾಜಿನಿಂದ ದಯಮಾಡಿ ಹೊರಬನ್ನಿ. ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಶಾಲೆಯ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಪರಿಚಯಿಸಿ ಕೊಡಲಾಗುತ್ತಿರುವ ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮಗೂ ಕೊಂಚ ಅರಿವಿದ್ದರೆ ತುಂಬಾ ಉಪಯುಕ್ತ. ನಿಮ್ಮ ಮಗುವಿನಲ್ಲಿ ಕಲಿಕೆ ಹೆಚ್ಚುವಂತೆ ಮಾಡಲು ಇದು ನೆರವಾಗಬಲ್ಲದು. ಕಲಿಕೆಗೆ ಅಗತ್ಯವಾದ ಆಸಕ್ತಿ ಮುಂದುವರೆಯಲು ನೀವು ಕೊಡುವ ಉತ್ತೇಜನ ಮುಖ್ಯ. ನಿಮ್ಮ ಮಗು ಕಲಿಯಬೇಕಾದದನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಕಲಿಯುತ್ತಿದ್ದಾನೆಯೇ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಗಮನಿಸಿ. ಕಲಿಯಲು ನಿರಾಸಕ್ತಿ, ಬೇಸರಗೊಂಡಂತಹ ಪಕ್ಷದಲ್ಲಿ ಕಾರಣಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ. ಇದೇನು ಕಷ್ಟವಲ್ಲ. ಕಲಿಸುವ ವಿಧಾನ, ಕಲಿಸುವ ವ್ಯಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಕಲಿಕೆಯ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳೆಲ್ಲವೂ ಇಲ್ಲಿ ಬಹುಮುಖ್ಯ. ಆದುದರಿಂದ ಇವುಗಳತ್ತ ನಿಮ್ಮ ಗಮನವಿರಲಿ. ನಿಮ್ಮ ಮಗು ಹೆಚ್ಚಿನ ಅಂಕಗಳನ್ನು ಸದಾಗಳಿಸುತ್ತಿರಲಿ ಎನ್ನುವ ಭಾವನೆ ನಿಮ್ಮ ಆತಂಕವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವುದಲ್ಲದೆ ಮಗುವಿನಲ್ಲಿರುವ ಸಹಜ ಕುತೂಹಲ, ಲವಲವಿಕೆಗಳನ್ನು ಇಳಿಸಬಲ್ಲದು. ಮಗು ಗಳಿಸುವ ಅಂಕಗಳ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಅದರ ಮಾನಸಿಕ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ನಿಗದಿಪಡಿಸುವಂತಹ ಒಂದು ಕಟ್ಟುಪಾಡಿನಿಂದ ದೂರವಿದ್ದಷ್ಟೂ ಒಳ್ಳೆಯದು. ಇದಲ್ಲದೆ, ಕೂಡು ಕುಟುಂಬದಿಂದ ಹೊರಬಂದಿರುವುದರ ಪರಿಣಾಮ ಏನೆಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಚಿಂತಿಸುವುದು ಬೇಡ. ಮನಮಂದಿಯೊಂದಿಗೆ ಸೌಹಾರ್ದಯುತ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಬಹುಮುಖ್ಯ. ಮಕ್ಕಳ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಸಹೋದರ ಸಂಬಂಧಗಳ ಬಗ್ಗೆ ದ್ವೇಷ, ಅಸೂಯೆಗಳು ಹುಟ್ಟದಿರುವಂತೆ ಎಚ್ಚರ ವಹಿಸಿ.

▶ ನಮಗಿರುವ ಒಬ್ಬನೇ ಮಗ ಹಳ್ಳಿಯ ಶಾಲೆಯೊಂದರಲ್ಲಿ ಕನ್ನಡ ಮಾಧ್ಯಮದಲ್ಲಿ 4ನೇ ತರಗತಿ ಓದುತ್ತಿದ್ದಾನೆ. ಅವನಿಗೆ ಓದುವುದು, ಬರೆಯುವುದು ಎಂದರೆ ಬೇಸರ. ಆದರೆ, ದಡ್ಡನೆನೂ ಅಲ್ಲ. ಕೈ ಬರಹ

ಉತ್ತಮವಾಗಿಲ್ಲ. ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲದರಲ್ಲಿಯೂ ಮುಂದಿದ್ದಾನೆ. ತುಂಬಾ ಜ್ಞಾಪಕ ಶಕ್ತಿ ಇದೆ. ವಿಶೇಷವೆಂದರೆ, ಕನ್ನಡದ ಕಠಿಣ ಶಬ್ದ (ಅರ್ಕಾವಳಿ, ಸ್ವರ, ವ್ಯಂಜನ, ಅನುನಾಸಿಕ)ಗಳನ್ನು ವ್ಯಾಕರಣ ಬದ್ಧವಾಗಿ ಬಳಸುತ್ತಾನೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಇಂಗ್ಲಿಷ್ ಸರಳ ಪದಗಳ ಪರಿಚಯವಿದೆ. ಗಣಿತದಲ್ಲಿ ಮುಂದಿದ್ದಾನೆ. ಇಷ್ಟೆಲ್ಲಾ ಇದ್ದರೂ ದಿನಕ್ಕೆ ಅರ್ಧ ಗಂಟೆಯಾದರೂ ಓದು ಬರಹದಲ್ಲಿ ತೊಡಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅವನಿಗೆ ಬೇಕಾದ ಎಲ್ಲ ಸೌಲಭ್ಯಗಳು ಇವೆ. ವಿದ್ಯಾವಂತ ಪೋಷಕರಿದ್ದೇವೆ. ಯಾವ ರೀತಿಯ ಒತ್ತಡಗಳು ನಮ್ಮಿಂದ ಇಲ್ಲ. ಆದರೆ, ಆಟ, ಟಿವಿಯಿತ್ತು ನೀಡುವ ಗಮನ ಓದಿನತ್ತ ಇಲ್ಲವಲ್ಲ ಎನ್ನುವುದೇ ಸಮಸ್ಯೆ. ಅವನನ್ನು ಓದು ಬರಹದತ್ತ ಹೋಗುವಂತೆ ಮಾಡಲು ಏನು ಮಾಡಬೇಕೆನ್ನುವುದನ್ನು ದಯಮಾಡಿ ತಿಳಿಸಿಕೊಡಿ.

-ಸುಲೇಶ.ಶಿ, ಬದಾಮಿ

ನಿಮ್ಮ ಮಗನಲ್ಲಿರುವ ಉತ್ತಮ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳು ಮುಂದುವರೆಯುವುದಕ್ಕೆ ಟಿವಿ ನೋಡುವುದು ಅಡ್ಡಿಯಾಗಬಲ್ಲದು. ಟಿವಿಯಿಂದ ದೂರವಿರುವಂತೆ ಮಾಡುವ ಕ್ರಮಗಳತ್ತ ಗಮನ ಹರಿಸಿ. ಅವನು ನೋಡುವ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಿ. ಅವುಗಳು ಹಿಂಸೆ, ಮೂಢನಂಬಿಕೆಗಳನ್ನು ಬಿಂಬಿಸುವಂತಹದ್ದೇ ಆಗಿದ್ದಲ್ಲಿ ಅದಕ್ಕೆ ನಿಮ್ಮ ಕಠಿಣ ವಿರೋಧವಿದೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನೇರವಾಗಿ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿ. ಜೊತೆಗೆ ಟಿವಿ ನೋಡುವ ಸಮಯವನ್ನು ಗೊತ್ತುಪಡಿಸಿ. ನೀವು ಅವನೊಂದಿಗೆ ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಇರುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು. ಇನ್ನು ಪ್ರತಿನಿತ್ಯವೂ ಒಂದಷ್ಟು ಸಮಯ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಪಾಠ ಪ್ರವಚನಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತಾಡುವುದನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸಿ. ಮೇಲಿಂದ ಮೇಲೆ ಓದು, ಬರಿಯವುದಕ್ಕಿಂತ ಸ್ಪಷ್ಟವಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಆದೇಶವನ್ನು ನೀಡಿ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಇಂತಹದ್ದೇ ಪಾಠ, ಇದೇ ಲೆಕ್ಕ ನಿಮ್ಮದುರಿಗೆ ಕುಳಿತು ಮಾಡುವುದನ್ನು ಹುರಿದುಂಬಿಸಿ. ಅವನೊಂದಿಗೆ ಕೂತು ಕಲಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಸೂಕ್ತವೆನಿಸುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ವೇಳಾಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಹಾಕಿಕೊಳ್ಳಿ. ಇದನ್ನು ತಪ್ಪದೆ ಅನುಸರಿಸಿ. ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತಲೂ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ಆದೇಶಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸುವುದು ಅವನ ಕರ್ತವ್ಯ ಎನ್ನುವ ಅರಿವು ಮೂಡಿಸಿ. ಇದನ್ನು ಕಠಿಣವಾಗಿ ಹೇಳುವುದರಿಂದ ಅವನ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ನೋವಾಗುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವ ಭಾವನೆ ಬೇಡ. ನಿಮ್ಮ ಪ್ರೀತಿ, ವಾತ್ಸಲ್ಯಗಳ ಪ್ರಭಾವದ ಮೂಲಕವೇ ಇದನ್ನು ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿದೆ. ಅವನ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಮತ್ತು ಸಾಧನೆಗಳಿಗೆ ತಕ್ಕದಾದ ಪುರಸ್ಕಾರ, ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಗಳು ಸದಾ ಇರಲಿ. ಆದರೆ ಅತಿಯಾಗಿ ಇರುವುದು ಬೇಡ. ಕಲಿಯುವುದು ಬೇಕಾದಷ್ಟು ಇದೆ, ಉತ್ತಮ ಕಲಿಕೆಗೆ ಶ್ರಮ ಮತ್ತು ಶಿಸ್ತಿನ ಅಗತ್ಯವಿದೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಅವನ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ನಾಟಿಸುವುದರತ್ತ ಯೋಚಿಸಿ. ಇದನ್ನು ಒಳ್ಳೆಯ ಮಾತು ಮತ್ತು ಸತತ ಅಭ್ಯಾಸಗಳ ಮೂಲಕ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯ.

▶ ನಾನು ಇದೀಗ ಮೊದಲ ವರ್ಷದ ಸಿವಿಲ್ ಎಂಜಿನಿಯರಿಂಗ್ ಡಿಪ್ಲೊಮಾ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಇದು ನನ್ನ ಭವಿಷ್ಯವನ್ನು ಉತ್ತಮಗೊಳಿಸಬಲ್ಲದೇ? ಏಕೆಂದರೆ, ಮೂರುವರ್ಷದ ಶಿಕ್ಷಣದ ನಂತರ ನಾನು ನೌಕರಿಯನ್ನು ಹಿಡಿಯಲೇ ಬೇಕು. ಹಾಗಾಗಿ ಈಗ ಆಯ್ಕೆಮಾಡಿಕೊಂಡಿರುವ ವಿಷಯದ ಮೂಲಕವೇ ನನಗೆ ನೌಕರಿ ಸಿಗಬೇಕು. ಸದ್ಯದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ನನಗೆ ಸರಿದಾರಿ ಯಾವುದೆಂದು ತಿಳಿಯುತ್ತಿಲ್ಲ. ದಯಮಾಡಿ ಸಲಹೆ ನೀಡಿ.

-ಶಿವಕುಮಾರ ಎಚ್. ಎಂ. ಹಾಸನ

ನೀವು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿರುವ ವಿಷಯದ ಮೂಲಕವೇ ನೌಕರಿ ಸಿಗುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ಭರವಸೆ ಇರಲಿ. ನಿಮ್ಮ ಗಮನವು ಉತ್ತಮವಾದ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಪಡೆಯುವುದರತ್ತವೇ ಇರಬೇಕು. ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಕಲಿಸುವ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವಿಷಯವನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ನೀವು ಕಲಿತ ವಿಷಯಗಳು ನಿಮ್ಮ ಭವಿಷ್ಯದ ಉದ್ಯೋಗದಲ್ಲಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡಬಲ್ಲವು. ಸರ್ಕಾರದ ನೌಕರಿಯನ್ನೇ ನೆಚ್ಚಿಕೊಂಡು ನಿಮ್ಮ ಶಿಕ್ಷಣದ ಅಭಿರುಚಿಗಳನ್ನು ಅಂದಾಜಿಸುವುದು ಸರಿಯಲ್ಲ. ಆದುದರಿಂದ ಈಗ ಪಡೆಯುತ್ತಿರುವ ಶಿಕ್ಷಣದ ಮೂಲಕವೇ ನಿಮ್ಮ ಕೌಶಲ್ಯಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಅವಕಾಶಗಳಿವೆ. ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿರಬೇಕಾದ ಒಂದು ವಿಷಯವೆಂದರೆ ಕಟ್ಟಡಗಳು ನಿರ್ಮಾಣವಾಗುತ್ತಿರುವ ಯುಗದಲ್ಲಿ ನೀವಿದ್ದೀರಿ. ಹಳ್ಳಿಗಳು ಪಟ್ಟಣಗಳಾಗುತ್ತಿವೆ. ಪಟ್ಟಣಗಳು ನಗರಗಳಾಗುತ್ತಿವೆ, ನಗರಗಳು ಮಹಾನಗರಗಳಾಗುತ್ತಿವೆ. ಇವುಗಳ ನಿರ್ಮಾಣ, ಪುನರ್‌ನಿರ್ಮಾಣದಲ್ಲಿ ಸಿವಿಲ್ ಎಂಜಿನಿಯರ್ ಡಿಪ್ಲೊಮಾ ಪಡೆದವರಿಗೆ ಕೆಲಸವಿದ್ದೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಉತ್ತಮ ಅಂಕಗಳು, ಕೌಶಲ್ಯ ಮತ್ತು ವಿಷಯ ಜ್ಞಾನ ಸಂಪಾದಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರತ್ತ ನಿಮ್ಮೆಲ್ಲ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ವಿನಿಯೋಗಿಸಿ. ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಸಂದೇಹ ಬೇಡ.