



ನಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳು ಹೀಗೇಕೆ?



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

▶▶ ನನಗೆ ಇಬ್ಬರು ಮಕ್ಕಳು ಹಿರಿಯವ ಮಗ. ಅವನಿಗೆ ವಿದೇಶದಲ್ಲಿ ವ್ಯಾಸಂಗ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾನೆ. ಕಿರಿಯವಳಿಗೆ 24 ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸು. ಎಂಬಿವೆ ಮಾಡಿ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿದ್ದಾಳೆ. ಅವಳಿಗೆ ಮದುವೆಯಾಗಿ ಎರಡು ವರ್ಷವಾಗಿದೆ. ಅವಳ ಗೆಲತಿಯ ಅಣ್ಣನನ್ನೇ ಇಷ್ಟಪಟ್ಟು ಮದುವೆ ಆಗಿದ್ದಾಳೆ. ಅವನು ಕೂಡ ವಿದ್ಯಾವಂತ. ಅವನಿಗೀಗ 27 ವರ್ಷ. ವಿಜ್ಞಾನದ ಪದವೀಧರನಾಗಿದ್ದು ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಹತ್ತಿರದ ಸಂಶೋಧನಾ ಸಂಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಒಳ್ಳೆಯ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿದ್ದಾನೆ. ಆರ್ಥಿಕವಾಗಿ ನಮ್ಮೆರಡು ಕುಟುಂಬಗಳ ನಡುವೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಅಂತರವೇನೂ ಇಲ್ಲ. ಇಷ್ಟೆಲ್ಲಾ ಇದ್ದರೂ ಅವರ ದಾಂಪತ್ಯದಲ್ಲಿಗೆ ಬಿರುಕು ಕಂಡುಬಂದಿದೆ. ಮನಸ್ಸಾಪ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಒಬ್ಬರನ್ನೊಬ್ಬರು ಧ್ವೇಷಿಸುವಷ್ಟರ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಸಂಬಂಧ ಹಳಸಿದೆ. ನನ್ನ ಮಗಳು ಯಾವತ್ತೂ ಹೀಗಿದ್ದಿರಲಿಲ್ಲ. ಬಹಳ ಸೌಮ್ಯ ಸ್ವಭಾವದವಳಾಗಿ ಗಿದ್ದು ಯಾವುದರ ಬಗ್ಗೆಯೂ ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಯಾರೊಂದಿಗೂ ಜಗಳವಾಡಿದವಳಲ್ಲ. ಎಲ್ಲರೊಂದಿಗೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಬೆರೆಯುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಆದರೂ ಯಾರಿಗೂ ಹಿಂಸೆಯಾಗುವಂತೆ ವರ್ತಿಸಿದವಳಲ್ಲ. ಇದಲ್ಲದರೆ ಜೊತೆಗೆ ಈ ಕುಟುಂಬದವರು ಅವಳಿಗೆ ಬಾಲ್ಯದಿಂದಲೂ ತಿಳಿದಿದ್ದವರೇ. ಶಾಲೆಯ ದಿನಗಳಿಂದಲೂ ಅವಳ ಗೆಲತಿಯ ಮನೆಯ ವರನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬಲ್ಲಳು. ಅವರಿಗೂ ಇವಳ ಬಗ್ಗೆ ಆದರೆ, ಅಭಿಮಾನ ಮೂಡಲಿನಿಂದಲೂ ಇದೆ. ಮದುವೆ ಮುಂಚೆ ಈ ಹುಡುಗನ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನದೇನು ಗೊತ್ತಿರಲಿಲ್ಲವಾದರೂ ಒಳ್ಳೆಯ ಸ್ವಭಾವದ ವ್ಯಕ್ತಿ ಎನ್ನುವುದು ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ತಿಳಿದಿತ್ತು. ಮದುವೆಗೆ ಮುಂಚಿತವಾಗಿ ಸುಮಾರು ಒಂದು ವರ್ಷವಾದರೂ ಅವರಿಬ್ಬರು ಒಳ್ಳೆಯ ಗೆಲತನವಿರಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದರು. ಈಗ ಅದೇನಾಯಿತೋ ಏನೋ ಒಬ್ಬರನ್ನೊಬ್ಬರು ಸಹಿಸುತ್ತಿಲ್ಲ. ಇದರಿಂದಾಗಿ ಅವಳ ಗೆಲತಿಯೊಂದಿಗಿನ ಸ್ನೇಹವು ಕೆಟ್ಟಿದೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ಮತ್ತು ಅವಳನ್ನು ಗೌರವದಿಂದ ನೋಡುತ್ತಿದ್ದ ಆತ್ಮ ಮನೆಯವರಿಗೂ ಬೇಸರವಾಗಿದೆ. ಇವಳು ಸದ್ಯ ನಮ್ಮೊಂದಿಗಿದ್ದಾಳೆ. ನಿತ್ಯವೂ ಹೊಂದಾಣಿಕೆಯ ಸಮಸ್ಯೆ ಆಗುತ್ತಿದೆ ಮತ್ತು ಇದರಿಂದಾಗಿ ಕೆಲಸದ ಮೇಲೆ ನಿಗಾ ಇಡಲು ಆಗುತ್ತಿಲ್ಲವೆಂದು ಹೇಳಿ ರಜೆ ಮೇಲೆ ಇಲ್ಲಿಗೆ ಬಂದಿದ್ದಾಳೆ. ಖಿನ್ನತೆ, ಆತಂಕ ಅವಳಲ್ಲಿ ಇದ್ದಂತೆ ಕಂಡುಬಂದಿಲ್ಲ. ದಾಂಪತ್ಯ ಬೇಡವೆನ್ನುವಂತಹ ಮನಸ್ಥಿತಿ ಅವಳಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗಿದೆ. ಅವಳ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಬೇರೆ ಯಾವುದಾದರೂ ವ್ಯಕ್ತಿ ಇರಬಹುದೆನ್ನುವ ಸಂಶಯದಿಂದ ಎಲ್ಲವನ್ನು ವಿಚಾರಿಸಿದೆವು, ಅಂತಹದ್ದೇನು ಇಲ್ಲ. ಹುಡುಗನ ಬಗ್ಗೆಯೂ ಕೆಟ್ಟ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳು ಇಲ್ಲವೆನ್ನುತ್ತಾಳೆ. ಅದೇಕೋ ಏನೋ ಅವನೊಂದಿಗೆ ಬದುಕಲಾರೆ ಎನ್ನುತ್ತಾಳೆ. ಹೀಗಿರುವ ಅವಳ ಮನದ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದೇ ಕಷ್ಟವಾಗಿದೆ. ಅವಳ ಗಂಡನ ಮನೆಯವರು ಮತ್ತು ಗಂಡನೂ ಸಹ ಅವಳ ವರ್ತನೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಕೆಟ್ಟದ್ದೇನು ಹೇಳಿಲ್ಲ. ಸಿಟ್ಟು, ಹಟಮಾರಿತನ ಬಿಟ್ಟರೆ ಬೇರಾವ ಸಮಸ್ಯೆಯೂ ಅವಳಲ್ಲಿ ಇದ್ದದ್ದು ಕಂಡಿಲ್ಲ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಅವಳ ಭವಿಷ್ಯದ ಬದುಕಿನ ಬಗ್ಗೆ ನಮಗೆ ಆತಂಕ ತುರುವಾಗಿದೆ. ಅವಳ ವೈವಾಹಿಕ ಜೀವನ ಹೀಗೆ ಹಾದಿ ತಪ್ಪಿದರೆ ಏನು ಮಾಡಬೇಕು ಎನ್ನುವುದೇ ಗೊತ್ತಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ. ಇಂತಹದೊಂದು ಸಂಕಷ್ಟದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಸಲಹೆ ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಬೇಕಾಗಿದೆ ದಯಮಾಡಿ ತಿಳಿಸಿ.

- ಲಲಿತಾ ಬ್ರಹ್ಮಾವರ, ಸಕಲೇಶಪುರ

ದಾಂಪತ್ಯದಲ್ಲಿ ಏರುಪೇರುಗಳು ಸಹಜ. ಅದಷ್ಟೋ ಸಲ ನಮ್ಮ ನಿಜ ಸ್ವಭಾವಗಳಿಗೆ ಏರುದ್ದವಾದಂತಹ ಕೆಲ ವರ್ತನೆಗಳು ವೈವಾಹಿಕ ಸಂಬಂಧದ ನಂತರವೇ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಉತ್ತಮ ಶಿಕ್ಷಣ, ಸಂಪಾದನೆಗಳು ಇದ್ದಾಕ್ಷಣ

ವೈವಾಹಿಕ ಸಂಬಂಧದಲ್ಲಿ ಸಮಸ್ಯೆ ಹುಟ್ಟಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ಹೇಳಲಾಗದು. ಮದುವೆಗೆ ಮುನ್ನ ಪರಸ್ಪರ ಪರಿಚಯವಿದ್ದು, ಆತ್ಮೀಯರಾಗಿದ್ದಾಕ್ಷಣ ಎಲ್ಲವೂ ಸದಾಕಾಲ ಸುಗಮವಾಗಿ ಸಾಗಿಬಿಡುತ್ತದೆ ಎನ್ನಲಾಗದು. ನಿಮ್ಮ ಮಗಳು ಮತ್ತು ಅಳಿಯನ ನಡುವೆ ಉಂಟಾಗಿರುವ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ತಜ್ಞರ ನೆರವಿನಿಂದ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಪರಿಹಾರ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರಯತ್ನದತ್ತವೂ ಗಮನ ಹರಿಸಿ. ಇದರೊಂದಿಗೆ ನಿಮ್ಮ ಮಗಳ ವರ್ತನೆಯಲ್ಲಿ ಕಂಡು ಬಂದಿರುವ ಹೊಸತನವನ್ನು ಕೊಂಚ ಸಂಯಮದಿಂದ ವಿಚಾರ ಮಾಡುವುದು ಸೂಕ್ತ. ಹೊಸದಾಗಿ ಸಂಸಾರ ಹೂಡಿರುವ ಗಂಡ- ಹೆಂಡಿರ ನಡುವೆ ಉಂಟಾಗಿರುವ ವೈಮನಸ್ಸಿಗೆ ಶರೀರ, ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕ ಪರಿಸರವು ಕಾರಣವಾಗಿರಬಲ್ಲದು. ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದು ಹೆಚ್ಚು ಯಾವುದು ಕಡಿಮೆ ಎಂದು ಗುರುತಿಸಿ ಬೇರೈಡಿಸುವುದು ಕಷ್ಟದ ಕೆಲಸ. ಹಾಗಿದ್ದರೂ ನಿಮ್ಮ ಮಗಳ ಸದ್ಯದ ಮನದ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಕಾರಣಗಳೇನು ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಊಹಿಸಿಕೊಂಡೇ ಪರಿಹಾರದತ್ತ ಗಮನ ಹರಿಸಿ. ಮೊದಲಿಗೆ ಆಕೆಯ ವೃತ್ತಿ, ಜೀವನ ಮತ್ತು ಸ್ವತಂತ್ರವಾಗಿ ಇರಬೇಕೆಂಬ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಸೂಕ್ತ. ಏಕೆಂದರೆ ಆಕೆಗೆ ವೃತ್ತಿಯೇ ಮುಖ್ಯವಾಗಿದ್ದು, ವೈವಾಹಿಕ ಜೀವನ ಕೊಡುವುದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನ ತೃಪ್ತಿಯನ್ನು ಅಲ್ಲಿ ಪಡೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವೆನ್ನುವ ಭಾವನೆಯಿದ್ದ ಪಕ್ಷದಲ್ಲಿ ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಸರಿಯಾದ ತಿಳಿವಳಿಕೆ ಮೂಡಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಎರಡನೆಯದಾಗಿ ದಾಂಪತ್ಯ ಸಲೀಸಾಗಿ ಮುಂದುವರೆಯಲು ಶರೀರದ ಬಯಕೆಗಳು ಸಹಜ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಮೂಡಿಬರಬೇಕು ಮತ್ತು ಸಹಜ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿಯೇ ಅವುಗಳನ್ನು ನೀಗಿಸುವ ಪ್ರಯತ್ನವಾಗಬೇಕು. ಅಂದರೆ, ಲೈಂಗಿಕ ತೃಪ್ತಿ, ಸಂತತಿಯ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಮತ್ತು ತಾಯ್ನ/ ತಂದೆತನದ ಬಯಕೆಗಳು ಸರಿಯಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಇರುವುದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ಅವರಿಬ್ಬರ ನಡುವೆ ಇವುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು, ಭಿನ್ನಾಭಿಪ್ರಾಯಗಳು ಇವೆಯೇ ಎನ್ನುವುದರತ್ತ ಗಮನಹರಿಸುವುದು ಮುಖ್ಯ. ಎಷ್ಟೋ ಸಲ ಲೈಂಗಿಕ ಬಯಕೆಗಳು ಬರದಿರುವುದಕ್ಕೆ ಶರೀರದ ಒಳಕಾರ್ಯಾಚರಣೆಯು ಕಾರಣವಾಗಿರಬಲ್ಲದು. ಇಬ್ಬರಲ್ಲಿಯೂ ಇಂತಹ ಸಮಸ್ಯೆ ಇದೆಯೇ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಇದರ ಜೊತೆಗೆ ಲೈಂಗಿಕ ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆ, ಮೂಢನಂಬಿಕೆಗಳು ಇರುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳೂ ಇವೆ. ತಾಯ್ನನಿಂದ ಶರೀರದ ಅಂದ- ಚೆಂದ ಕೆಡುತ್ತದೆ ಅಥವಾ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಸಾಕಿ, ಸಲಹುವುದು ಪ್ರಯಾಸದ ಕೆಲಸ ಅಥವಾ ಸದ್ಯದಲ್ಲಿ ಅವುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಆಲೋಚಿಸುವುದು ಬೇಡ ಎನ್ನುವ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳು ಸಹ ಬೇಸರ, ಕಿರಿಕಿರಿ, ಜಗಳ, ಮನಸ್ತಾಪಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಬಲ್ಲದು. ಮೂರನೆಯದಾಗಿ ಮಾನಸಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಸಹ ದಂಪತಿಗಳ ನಡುವೆ ವಿರಸವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡಬಲ್ಲದು. ಅತಿಯಾದ ಅವಲಂಬನೆ, ಅತಿಯಾದ ಸ್ವಾಭಿಮಾನ, ಅತಿ ಸೂಕ್ಷ್ಮತೆ, ಅತಿಯಾಗಿ ವಾದಮಾಡುವುದು ಅಥವಾ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವಿಷಯದ ಬಗ್ಗೆ ಟೀಕೆ, ಅಪಹಾಸ್ಯ ಮಾಡುವ ಗುಣ ಸಹ ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನು ಹಾಳು ಮಾಡಬಲ್ಲದು. ಮನದಲ್ಲಿದ್ದು ಕೊರೆಯುವ ಸಂದೇಹ, ಅಂದ- ಚೆಂದದ ಬಗ್ಗೆ ಕೀಳರಿಮೆ ಅಪನಂಬಿಕೆಗಳು ಸಹ ಅನ್ಯೋನ್ಯತೆಯನ್ನು ಕೆಡಿಸಬಲ್ಲದು. ನಾಲ್ಕನೆಯದಾಗಿ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಸಾಧನೆ, ವೃತ್ತಿ ಯಲ್ಲಿನ ಆಸಕ್ತಿ, ಅಥವಾ ನಿರಾಸಕ್ತಿ, ಅತಿಸಾಹಸದ ಪ್ರವೃತ್ತಿಗಳು ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಉಲ್ಬಣಗೊಳಿಸಬಲ್ಲದು. ಪರಸ್ಪರ ಹೊಂದಾಣಿಕೆಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಸಹ ಒಬ್ಬರನ್ನೊಬ್ಬರು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಅಡ್ಡಿ ಉಂಟುಮಾಡಬಲ್ಲದು. ಐದನೆಯದಾಗಿ, ಮನೆಯ ವಾತಾವರಣ, ಮನೆ ಮಂದಿಯಿಂದ ಹುಟ್ಟಿಕೊಳ್ಳುವ ಬೇಡಿಕೆ, ಆದೇಶ, ಆಚಾರ ವಿಚಾರದ ಬಗ್ಗೆ ಭಿನ್ನಾಭಿಪ್ರಾಯಗಳು ವೈಯಕ್ತಿಕ ಸಂಬಂಧಗಳ ಮೇಲೆ ಅಡ್ಡಪರಿಣಾಮ ಬೀರಬಲ್ಲದು. ಇದಲ್ಲದೆ, ಆರ್ಥಿಕ ಸ್ಥಿತಿಗತಿಗಳು, ಹಣಕಾಸಿನ ವಿಷಯದ ಬಗ್ಗೆ ಹುಟ್ಟಿಕೊಳ್ಳುವ ಗೊಂದಲಗಳು ಸುಗಮ ವೈವಾಹಿಕ ಹೊಂದಾಣಿಕೆಗೆ ತೊಂದರೆ ಉಂಟುಮಾಡಬಹುದು. ಹೀಗಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ಮಗಳ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಯಾವ ಮಾದರಿಯ ಸಮಸ್ಯೆ ಇದೆ ಮತ್ತು ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಆಕೆಗೆ ಅಥವಾ ಆಕೆಯ ಗಂಡನಿಗೆ ತಿಳಿವಳಿಕೆ ಇದೆಯೇ ಎನ್ನುವುದು ಗೊತ್ತಾಗಬೇಕು. ಇನ್ನು ಯಾವನದ ಆರಂಭದಲ್ಲಿರುವ ದಂಪತಿ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಒತ್ತಡ, ಬೆದರಿಕೆಗಳ ಮೂಲಕ ಸರಿಪಡಿಸುವುದಕ್ಕಿಂತ ಸಮಸ್ಯೆಯ ಸ್ವರೂಪವನ್ನು ತಿಳಿಪಡಿಸುವುದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ದೂರ ಸರಿದಿರುವುದೇ ಪರಿಹಾರ ಅಲ್ಲ. ವಿರಸವನ್ನು ಮಿತಿಗೊಳಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಬೇಕಾದಷ್ಟು ಪರಿಹಾರದ ಕ್ರಮಗಳು ಇವೆ. ಅವುಗಳತ್ತ ಗಮನ ಹರಿಸಬೇಕಷ್ಟೇ. ಮನುಷ್ಯ ಸಂಬಂಧಗಳೆಲ್ಲದರಲ್ಲಿಯೂ ಘರ್ಷಣೆ, ಗೊಂದಲಗಳು ಇದ್ದೇ ಇರುತ್ತವೆ. ಅವುಗಳನ್ನು ಸಂಯಮ, ಜಾಣತನ ಮತ್ತು ಮಾನವೀಯ ವಿಧಾನಗಳ ಮೂಲಕವೇ ಪರಿಹಾರ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.