



ಸಕಾರಾತ್ಮಕ
ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗೆ
ಒಂದು
ಸಂವಹನ
ತಂತ್ರ

ಸ್ಕಾಂಡಿಜ್ ಫೀಡ್‌ಬ್ಯಾಕ್

■ ಅನಿತಾ ನಾಡಿಗ್

ಹತ್ತು ವರ್ಷದ ಅಕ್ಷೋಭ ರನ್ನಿಂಗ್ ರೇಸ್ ಮುಗಿಸಿ ಮೂರನೇ ಸ್ಥಾನ ಪಡೆದದ್ದಕ್ಕೆ ಹಿಗ್ಗಿ ಅಪ್ಪ ಅಮ್ಮನ ಬಳಿ ಓಡಿ ಬಂದು. ಮಗನನ್ನು ಅಪ್ಪಿಕೊಂಡ ಅಮ್ಮ, 'ಅಲ್ಲ, ಕಣೋ, ನಿಮ್ಮ ಸರ್ ಶಿಲ್ಪಿ ಉದಿದ ತಕ್ಷಣ ಓಡಬೇಕಲ್ಲಾ ನೀನು, ನಿಧಾನ ಮಾಡಿಬಿಟ್ಟಲ್ಲ? ತಕ್ಷಣ ಓಡಿದ್ದಿದ್ರೆ ನೀನೇ ಫಸ್ಟ್ ಬರ್ತ್ ಇದ್ದೆ' ಎಂದಳು. ಅಕ್ಷೋಭನ ಮುಖ ಒಂದು ಕ್ಷಣ ಸಣ್ಣದಾಗಿ, 'ಏ ಡೋಂಟ್ ಕೇರ್' ಎಂದು ದಡಕ್ಕನೆ ಅಮ್ಮನಿಂದ ಬಿಡಿಸಿಕೊಂಡು ಓಡಿದ.

ಸಾನ್ವಿಯ ಗಣಿತದ ಉತ್ತರ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ನೋಡುತ್ತಿದ್ದ ಅಪ್ಪ. 'ನಾನು ಎಷ್ಟು ಸಲ ಹೇಳಿದ್ದೀನಿ ಸಾನ್ವಿ, ಡೆಜಿಮಲ್ ಡಿಜಿಟ್ಸ್ ಇದ್ದಾಗ ಎರಡರಡು ಸರ್ತಿ ಚೆಕ್ ಮಾಡು ಅಂತ. ನೋಡು ಇಲ್ಲಿ ಎರಡು ಕಡೆ ತಪ್ಪು ಮಾಡಿದ್ದು. ಅದನ್ನು ಸರಿ ಮಾಡಿದ್ದೆ ನಿನಗೆ 87 ಬದಲು 90 ಬಂದಿರ್ತಾ ಇತ್ತು'. ಹನ್ನೊಂದು ವರ್ಷದ ಸಾನ್ವಿ ಏನೂ ಉತ್ತರ ಕೊಡದೆ ಕೈಯಲ್ಲಿದ್ದ ಬೊಂಬೆಯ ಕೈಯನ್ನು ತಿರುಚುತ್ತಾ ಕುಳಿತಳು.

ಪೋಷಕರಾಗಿ ನಮ್ಮೆಲ್ಲರಿಗೂ ಮಕ್ಕಳು ಬೆಳೆಯಲಿ, ಯಶಸ್ಸು ಪಡೆಯಲಿ ಎಂಬ ಆಸೆ ಇದ್ದೇ ಇರುತ್ತದೆ. ತಂದೆ ತಾಯಿಯ ಬುದ್ಧಿವಾದವೆಲ್ಲ ಮಕ್ಕಳ ಒಳಿತನ್ನು ಬಯಸಿ, ಅವರ ಏಳಿಗೆಗಾಗಿ

ಹೇಳುವಂಥದ್ದು. ಆದರೆ ಆ ಎಷ್ಟು ಬುದ್ಧಿವಾದ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಒಳಿತಾಗುತ್ತದೆ? ಹೇಗೆ ಹೇಳಿದರೆ ಮಕ್ಕಳ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಸಹಾಯವಾಗುತ್ತದೆ ಅನ್ನುವುದು ನಾವು ಚಿಂತಿಸಬೇಕಾದ ವಿಷಯ.

ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಒಳಿತಾಗಲಿ ಎಂದು ಹೇಳುವುದು ಒಂದೆಡೆಯಾದರೆ, ಪೋಷಕರ ಭಾವೋದ್ವೇಗವೂ ಮಗುವಿಗೆ ಪದೇ ಪದೇ ಏನು ಸರಿ ಇಲ್ಲ ಎಂದು ಹೇಳುವುದೋ, ಮಾಡಿದ್ದು ಸರಿ ಇಲ್ಲವೆಂದು ಬೈಯುವುದಕ್ಕೋ ಎಡೆ ಮಾಡಿಕೊಡಬಹುದು. ಕಡಿಮೆ ಅಂಕ ಗಳಿಸಿ ಮಗಳು ಎಲ್ಲಿ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಹಿಂದೆ ಬೀಳುವಳೋ ಎಂಬ ಆತಂಕ ಸಾನ್ವಿಯ ಅಪ್ಪನನ್ನು ಕಾಡಿರಬಹುದು. ಅಕ್ಷೋಭನ ಅಲಕ್ಷತೆ ಮೊದಲ ಪ್ರಶಸ್ತಿಯನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿತೆಂಬ ಸಿಟ್ಟು ಅವನ ಅಮ್ಮನಿಗೆ ಆಗಿರಬಹುದು. ಪೋಷಕರ ಆಸೆ, ಆಕಾಂಕ್ಷೆಯ ನಿರಾಸೆ ಅವರಿಗೆ ಸಿಟ್ಟು ತರಿಸಬಹುದು. ಹೀಗೆ ಮಗು ಮುಂದುವರೆದರೆ ಮಗುವಿನ ಭವಿಷ್ಯ ಹಾಳಾಗಬಹುದು ಎಂಬ ಭಯದಿಂದ ಪೋಷಕರು ಮಗುವಿನ ನಡವಳಿಕೆಯನ್ನು ಟೀಕಿಸಬಹುದು.

ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯ ಕಾರಣ ಏನೇ ಇರಲಿ, ಅದು ಸ್ವೀಕರಿಸುವವರಿಗೆ ಹೇಗೆ ತಟ್ಟುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದು ಮುಖ್ಯ. ನಿಮ್ಮ ತಪ್ಪನ್ನು ಯಾರಾದರೂ ಎತ್ತಿಹಿಡಿದರೆ ನಿಮಗೆ ಹೇಗೆ ಅನ್ನಿಸುತ್ತದೆ? ಪದೇ ಪದೇ ನೀವು ಮಾಡುವ ಕೆಲಸಗಳಿಗೆ ಟೀಕೆ

ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಅವರ ಮಾತನ್ನು ಕೇಳಬೇಕೆಂದು ನಿಮಗೆ ಅನ್ನಿಸುತ್ತದೆಯೇ? ಬಹುಶಃ ನಮಗೆ ಇದು ಇಷ್ಟವಾಗಲಿಕ್ಕಿಲ್ಲ. ನಾವು ಅವರನ್ನು ಅಥವಾ ಅವರ ಮಾತಿನ ಹೇಗೆ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಎಂದು ಯೋಚಿಸುತ್ತೇವೆ. ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಾಗದಿದ್ದರೆ ನಮ್ಮ ಸಿಟ್ಟನ್ನು ಬೇರೆ ರೀತಿ ತೋರಿಸಬಹುದು ಅಥವಾ ಅವರ ಉಪಸ್ಥಿತಿ ನಮಗೆ ಆತಂಕ ಉಂಟುಮಾಡಬಹುದು.

ಟೀಕೆಯ ಉದ್ದೇಶ ಒಳ್ಳೆಯದೇ ಆಗಿದ್ದರೂ ಅವರು ಉಪಯೋಗಿಸುವ ಪದಗಳು, ತೋರುವ ಹಾವಭಾವಗಳು ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿದ್ದರೆ ಟೀಕೆಯನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುವವರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದಕ್ಕಿಂತ ತೊಂದರೆಯನ್ನೇ ಹೆಚ್ಚು ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಈ ರೀತಿಯ ಟೀಕೆಗಳು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸವನ್ನು ಕುಂದಿಸಬಹುದು, ಆತಂಕವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡಬಹುದು. ಇದರಿಂದ ಅನೇಕ ಅನುಚಿತ ನಡುವಳಿಕೆ ಅಥವಾ ವರ್ತನೆಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು (Behavioural Issues) ಕಾಣಬಹುದು. ಇದಕ್ಕೆ ಮಕ್ಕಳು ಹೊರತಲ್ಲ.

ಶೇ. 92 ಜನರು ರಚನಾತ್ಮಕ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗೆ (Constructive Feedback) ಸ್ಪಂದಿಸಿ ಏಳಿಗೆ ತೋರಿಸಿದ್ದಾರೆಂದು ಅಧ್ಯಯನಗಳು ಹೇಳುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ರಚನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುವುದಾದರೂ ಹೇಗೆ? ವಯಸ್ಕರಿಗೆ ನಾವು ಹೇಳುವ ಉದ್ದೇಶ ಅವರ ಒಳಿತಿಗೆ ಎಂದು ತಿಳಿಸುವುದು ಸುಲಭ. ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಇದನ್ನು ತಿಳಿಹೇಳಲಾದೀತೆ? ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ರಚನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಲು ಇರುವ ತಂತ್ರಗಳಲ್ಲೊಂದು 'ಸ್ಕಾಂಡಿಜ್ ಫೀಡ್‌ಬ್ಯಾಕ್'.

ನಾವೆಲ್ಲಾ ಸ್ಕಾಂಡಿಜ್ ತಿಂದಿರುತ್ತೇವೆ. ಸ್ಕಾಂಡಿಜ್‌ನಲ್ಲಿರುವ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಪದರಗಳೇ ಅದರ ವಿಶೇಷತೆ. ವಿವಿಧ ತಿಳಿಸುಗಳ ಪದರಗಳು ಸ್ಕಾಂಡಿಜ್ ರುಚಿ ಹಿಗ್ಗಿಸುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆ ಅದರಲ್ಲಿ ಒಂದು ಪದಾರ್ಥ ಇಷ್ಟವಿಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ಇಷ್ಟವಿರುವ ಬೇರೆ ಪದಾರ್ಥಗಳೊಂದಿಗೆ ಅದು ಸಲೀಸಾಗಿ ಹೊಟ್ಟೆ ಸೇರುತ್ತದೆ.

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಸ್ಕಾಂಡಿಜ್‌ನಲ್ಲಿ ಮೂರು