ಆದರ್ಶ ಪೋಷಕರಾಗುವುದು ಹೇಗೆ ?

ಮಕ್ಕಳ ವಿಕಾಸ, ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಪ್ರಗತಿ ಮುಂತಾದ ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ !

ವಿಷಯಸೂಚಿ

೧. ಗ್ರಂಥದ ಲೇಖಕರರ ಪರಿಚಯ ೯

೨. ಪಾಲಕರೇ, ನಿಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಸುಸಂಸ್ಕೃತ ಮತ್ತು ಆದರ್ಶರನ್ನಾಗಿಸುವುದು ನಿಮ್ಮ ಕೈಯಲ್ಲಿಯೇ ಇದೆ ! ೧೨

೩. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪರಿಭಾಷೆಯಲ್ಲಿನ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯಪೂರ್ಣ ಪ್ರಸ್ತಾವನೆ ! ೧೩

೪. ಪ್ರಸ್ತಾವನೆ ೧೫

ಗ್ರಂಥದ ಅನುಕ್ರಮಣಿಕೆ

ಅಧ್ಯಾಯ ೧ : ವಿಕಾಸದ ಹಂತಗಳು ೧೬

೧. ೧ ರಿಂದ ೧೨ ವರ್ಷದವರೆಗಿನ ಮಕ್ಕಳ ವಿಕಾಸದ ಹಂತಗಳು ೧೬

೨. ಮಕ್ಕಳ ಎರಡನೆಯ ವರ್ಷದಲ್ಲಿನ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಹಂತಗಳು ೧೬

೩. ವಯಸ್ಸಿನ ಎರಡನೆಯ ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ಬರುವ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ೧೭

೪. ಶೈಶವ ಅವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಬರುವ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ೧೮

೫. ೨ ರಿಂದ ೫ ವರ್ಷದ ಮಕ್ಕಳ ಮೇಲೆ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಸಂಸ್ಕಾರಗಳು ೨೦

೬. ಶಾಲೆಯ ಜೀವನ ೭. ಆಹಾರ ೨೧

ಅಧ್ಯಾಯ ೨ : ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಲಸಿಕೆಗಳನ್ನು ಕೊಡುವುದು ೨೮

ಅಧ್ಯಾಯ ೩ : ಮನೋರಂಜನೆ ೩೪

೯. ಮಕ್ಕಳ ವಿಕಾಸದಲ್ಲಿ ಆಟದ ಸ್ಥಾನ – ಆಟಿಕೆಗಳ ಆಯ್ಕೆ ೩೪

೧೦. ವಯೋಮಾನಕ್ಕನುಸಾರ ಆಟಿಕೆಗಳ ಆಯ್ಕೆ ೩೫

೧೧. ಮಕ್ಕಳ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಆಟ ಮತ್ತು ಮನೋರಂಜನೆಯ ಸ್ಥಾನ ೩೭

೧೨. ಮಕ್ಕಳ ಮೇಲೆ ದೂರದರ್ಶನದಿಂದ ಆಗುವ ಪರಿಣಾಮ ೩೮

೧೩. ಮಕ್ಕಳ ವಿಕಾಸದಲ್ಲಿ ಹವ್ಯಾಸದ ಸ್ಥಾನ ಮತ್ತು ಮಹತ್ವ ೩೯

೧೪. ಪುಸ್ತಕಗಳ ಆಯ್ಕೆ ೩೯

೧೫. ಮಕ್ಕಳ ಮೇಲಾಗುವ ಸಹವಾಸದ ಪರಿಣಾಮ ೪೧

೧೬. ನೆರೆಹೊರೆಯವರಿಂದ ಮಕ್ಕಳ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದ ಮೇಲಾಗುವ ಪರಿಣಾಮ ೪೨

ಅಧ್ಯಾಯ ೪ : ಶಿಸ್ತು **೪೩**

೧೭. ವ್ಯಾಖ್ಯಾನ ೧೮. ಶಿಸ್ತನ್ನು ಅಳವಡಿಸುವ ಪದ್ಧತಿ ೪೩

೧೯. ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಶಿಸ್ತನ್ನು ಕಲಿಸುವ ಎರಡು ಪದ್ಧತಿಗಳು ೪೫

೨೦. ಶಿಸ್ತನ್ನು ಕಲಿಸುವಾಗ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಹೊಡೆಯುವುದು ಯೋಗ್ಯವಾಗಿದೆಯೇ ? ೪೬

೨೧. ಶಿಸ್ತು ಕಲಿಸುವಾಗ ಆಗುವ ತಪ್ಪುಗಳು ೪೭

ಅಧ್ಯಾಯ ೫ : ಶಿಕ್ಷಣ ಮತ್ತು ಶಾಲೆಯ ಜೀವನ **೪೯**

೨೨ ಮತ್ತು ೨೩. ಶಿಕ್ಷಣದ ಧ್ಯೇಯ ಮತ್ತು ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಮಾಧ್ಯಮ ೪೯

೨೪. ಓದಲು-ಬರೆಯಲು ಕಲಿಸಲು ನಿರ್ದಿಷ್ಟವಾದ ವಯಸ್ಸು ೫೦

೨೫. ಶಿಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಶಿಶುವಿಹಾರ ಅಥವಾ ಕೆ.ಜಿ.ಯ ಸ್ಥಾನ ೫೦

ಅಧ್ಯಾಯ ೬ : ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಗುಣಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಹಿಂದುಳಿಯುವುದು **೫೨**

೨೬. ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ಹಿಂದುಳಿಯಲು ಕಾರಣಗಳು ೫೨

೨೭. ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಪ್ರಗತಿಗೆ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಉಪಾಯ ೫೪

೨೮. ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಲು ಒತ್ತಾಯ ಮಾಡುವುದು ಯೋಗ್ಯವೇ ? ೫೯

೨೯. ಶಾಲೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಭಯ ನಿರ್ಮಾಣವಾಗಲು ಕಾರಣಗಳು ೬೦

೩೦. ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಭಯ ನಿರ್ಮಾಣವಾಗಲು ಕಾರಣಗಳು ೬೧

೩೧. ಮಕ್ಕಳು ಶಾಲೆಯಿಂದ ಏಕೆ ಓಡಿಹೋಗುತ್ತಾರೆ ೬೨

೩೨. ಬುದ್ಧಿವಂತ ಮಕ್ಕಳು ೬೩

೩೩. ಬುದ್ಧಿವಂತ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಹೇಗೆ ಸಂಭಾಳಿಸಬೇಕು ? ೬೩

ಅಧ್ಯಾಯ ೭ : ಶಿಕ್ಷಕರು **೬೪**

೩೪. ಆದರ್ಶ ಶಿಕ್ಷಕರು ೩೫. ಆದರ್ಶ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಪದ್ಧತಿ ೬೪

೩೬. ಮಕ್ಕಳ ವಿಕಸನದಲ್ಲಿ ಶಾಲೆಯ ಭೂಮಿಕೆ ೬೫

ಅಧ್ಯಾಯ ೮ : ಮಕ್ಕಳನ್ನು ದತ್ತು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು **೬೭**

೩೭ ಮತ್ತು ೩೮. ವಯಸ್ಸು ಮತ್ತು ಮಗುವಿನ ಆಯ್ಕೆ ೬೭

೩೯. ದತ್ತು ತೆಗೆದುಕೊಂಡ ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿ ಎದುರಾಗುವ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ೬೭

೪೦. ಮಗುವಿಗೆ ತಾನು ದತ್ತು ಮಗು ಎಂಬುದರ ನಿವೇದನೆ ೬೮

ಅಧ್ಯಾಯ ೯ : ರೋಗಿ ಮಗು **೬೯**

೪೧. ಗಂಭೀರ ಸ್ವರೂಪದ ರೋಗಗಳು ೬೯

೪೨. ಗಂಭೀರ ರೋಗಗ್ರಸ್ತ ಮಗುವಿನ ಆರೈಕೆ ೬೯

೪೩. ಕೆಲವು ರೋಗಗಳು ಬಂದಾಗ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ
ದಾಖಲಾಗಲು ಹೇಳುವ ಉದ್ದೇಶ ೭೦

೪೪. ಪಾಲಕರಿಂದ ವೈದ್ಯರು ಏನನ್ನು ಅಪೇಕ್ಷಿಸುತ್ತಾರೆ ? ೭೧

ಅಧ್ಯಾಯ ೧೦ : ಪಾಲಕರು ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿನ ಇತರ ಘಟಕಗಳು **೭೨**

೪೫. ಪಾಲಕರ ಕರ್ತವ್ಯಗಳು ೭೨

೪೬. ಪಾಲಕರು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಅಧ್ಯಯನಕ್ಕಾಗಿ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸುವುದು ೭೪

೪೭. ಶಿಕ್ಷಕರಾಗಿ ಪಾಲಕರ ಭೂಮಿಕೆ ೭೬

೪೮. ಪಾಲಕರು ಮತ್ತು ಲೈಂಗಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ ೭೭

೪೯. ಪಾಲಕರೊಂದಿಗೆ ಮಕ್ಕಳ ವರ್ತನೆ ೭೯

೫೦. ಮಗುವಿನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಮನೆಯ ಮಹತ್ವ ೮೦

೫೧. ಪಾಲಕರ ಕೆಲಸ ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳ ಆರೈಕೆ ೮೨

೫೨. ಮೊಮ್ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಬೆಳೆಸುವುದರಲ್ಲಿ ಅಜ್ಜಅಜ್ಜಿಯರ ಪಾತ್ರ ೮೨

೫೩. ಮಕ್ಕಳ ಮೇಲೆ ಅವಿಭಕ್ತ ಕುಟುಂಬದ ಪರಿಣಾಮ ೮೩

೫೪. ಆದರ್ಶ ಕುಟುಂಬ ೮೪

೫೫. ಮಕ್ಕಳ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವನ್ನು ರೂಪಿಸುವಲ್ಲಿ ಕುಟುಂಬದ ಪ್ರಭಾವ ೮೫

೫೬. ಮಕ್ಕಳ ವಿಕಸನದಲ್ಲಿ ಪ್ರೇಮದ ಮಹತ್ವ ೮೬

೫೭. ಮಕ್ಕಳ ಪ್ರಶಂಸೆ ೮೬

೫೮. ಪಾಲಕರು ತಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳ ಟೀಕೆ ಮಾಡಬಹುದೇ ? ೮೭

೫೯. ಸಮವಯಸ್ಸಿನ ಮಕ್ಕಳ ನಡುವಿನ ಜಗಳ ೮೮

೬೦. ಇತರ ಮಕ್ಕಳ ಮೇಲೆ ನಿಮ್ಮ ಮಗುವಿನ ದಾದಾಗಿರಿ ೮೮

೬೧. ನಿಮ್ಮ ಮಗುವಿನ ಮೇಲೆ ಇತರ ಮಕ್ಕಳ ದಾದಾಗಿರಿ ೮೮

೬೨. ಅನಾವಶ್ಯಕವಾಗಿ ಮಗುವನ್ನು ಮುದ್ದಿಸುವುದು ಮತ್ತು ರಕ್ಷಿಸುವುದು ೮೯

೬೩. ತಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿಯೇ ಭೇದಭಾವ ೮೯

೬೪. ಪಾಲಕರ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿನ ದೋಷ ಮತ್ತು ಕೊರತೆಗಳು ೯೦

೬೫. ಪಾಲಕರಿಂದಾಗುವ ತಪ್ಪುಗಳು ೯೩

ಅಧ್ಯಾಯ ೧೧ : ಆದರ್ಶ ಪಾಲಕರು **೯೮**

೬೬. ಮಕ್ಕಳೊಂದಿಗೆ ಆತ್ಮೀಯತೆ ೬೭. ಆದರ್ಶ ಪಾಲಕರ ಲಕ್ಷಣಗಳು ೯೮

ಸನಾತನದ 'ಬಾಲಸಂಸ್ಕಾರ' ಮಾಲಿಕೆಯ ಗ್ರಂಥಗಳು !

ಟಿ.ವಿ., ಮೊಬೈಲ್ ಮತ್ತು

ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್ ಇವುಗಳ ಹಾನಿ ತಡೆಗಟ್ಟಿ ಲಾಭ ಪಡೆಯಿರಿ !

ಟಿ.ವಿ.ಯಲ್ಲಿನ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಿಂದ ಸಮಾಜ ನೀತಿಭ್ರಷ್ಟವಾಗುತ್ತಿದೆ. 'ಮೊಬೈಲ್' ನಲ್ಲಿ ಹರಟೆ ಹೊಡೆಯುವುದು, 'ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್'ನಲ್ಲಿ 'ಗೇಮ್ಸ್' ಆಡುವುದೂ ನಡೆಯುತ್ತದೆ. ಇವುಗಳನ್ನು ತಾತ್ಕಾಲಿಕ ಸುಖಕ್ಕಾಗಿ ಬಳಸಿ ಬಹುಮೂಲ್ಯ ಸಮಯ ಮತ್ತು ಹಣವನ್ನು ಹಾಳು ಮಾಡಬೇಡಿ ! ಟಿ.ವಿ. ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ರಾಷ್ಟ್ರ ಮತ್ತು ಧರ್ಮಕ್ಕಾಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸಿ ಜೀವನ ಆನಂದಮಯಗೊಳಿಸಿರಿ !

ವಿಷಯಸೂಚಿಯಲ್ಲಿನ ಕ್ರಮಾಂಕ ೪

ಪ್ರಸ್ತಾವನೆ

ಪ್ರಸ್ತುತ ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ೧ ರಿಂದ ೧೨ ವರ್ಷದ ಮಕ್ಕಳ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಮತ್ತು ವಿಕಾಸದ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯಗಳನ್ನು ಹೇಳಲಾಗಿದೆ. ಇದರ ಜೊತೆಗೆ ಆಹಾರ, ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಲಸಿಕೆಗಳು, ಆಟೋಟಗಳ ಆಯ್ಕೆ, ಪುಸ್ತಕಗಳ ಮತ್ತು ದೂರದರ್ಶನದ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳ ಆಯ್ಕೆಯನ್ನು ಹೇಗೆ ಮಾಡಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ಸಹ ನೀಡಲಾಗಿದೆ. ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಶಿಸ್ತನ್ನು ಹೇಗೆ ತರಬೇಕು, ಶಾಲೆಯ ಜೀವನದಲ್ಲಿನ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ಪರಿಹರಿಸಬೇಕು, ಉದಾ. ಶಾಲೆಯ ಭೀತಿ ಮತ್ತು ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ಹಿಂದಿರುವುದು ಈ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಏನು ಮಾಡಬೇಕು ಇದರ ಬಗೆಗಿನ ಮಹತ್ವದ ಅಂಶಗಳ ವಿವೇಚನೆಯನ್ನು ಮಾಡಲಾಗಿದೆ. ಮಕ್ಕಳ ಪಾಲನೆಪೋಷಣೆಯನ್ನು ಹೇಗೆ ಮಾಡಬೇಕು ಎಂಬುದರ ಬೋಧನೆಯೂ ಇದರಲ್ಲಿ ಸಿಗುವುದು.

ಮಕ್ಕಳ ಮನಸ್ಸಿನ ಮೇಲೆ ಸಹಚರರ (ಗೆಳೆಯರ) ಮತ್ತು ನೆರೆಹೊರೆಯವರ ಪ್ರಭಾವವೂ ಬೀಳುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಮಕ್ಕಳ ಮಿತ್ರರ ಹಾಗೂ ನೆರೆಹೊರೆಯವರ ವರ್ತನೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಗಮನ ಹರಿಸುವುದು ಸಹ ಪಾಲಕರ ಕರ್ತವ್ಯವಾಗಿದೆ.

ಯಾರಿಗೆ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಪಡೆಯುವ ಭಾಗ್ಯ ಸಿಕ್ಕಿಲ್ಲವೋ, ಅವರಿಗೆ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ದತ್ತು ಪಡೆಯುವುದರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಸಹ ಈ ಗ್ರಂಥಮಾಲಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಸಿಗುವುದು.

ಪಾಲಕರಾಗಲು ವಿಶೇಷವೇನೂ ಮಾಡಬೇಕಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅದೊಂದು ಕಲೆ ಯಾಗಿದೆ; ಆದರೆ ಉತ್ತಮ ಪಾಲಕರಾಗುವುದು ಹೇಗೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಮಾತ್ರ ಕಲಿಯ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ಪಾಲಕರ ಕರ್ತವ್ಯಗಳು, ಮಕ್ಕಳ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ಬಿಡಿಸಬೇಕು, ಪಾಲಕರ ತಪ್ಪು ಮತ್ತು ದೋಷಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ದೂರಗೊಳಿಸ ಬೇಕು ಮತ್ತು ಪಾಲಕರ ಹಾಗೂ ಮಕ್ಕಳ ನಡುವೆ ಉತ್ತಮ ಬಾಂಧವ್ಯವನ್ನು ಹೇಗೆ ಬೆಳೆಸಬೇಕು ಇದರ ವಿವೇಚನೆಯನ್ನು ಸಹ ಮಾಡಲಾಗಿದೆ. ಉತ್ತಮ ಪಾಲಕರಾಗಲು ಗುರುಕೀಲಿಕೈ (ಮಾಸ್ಟರ್‌ಕೀ) ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿರುವ ಸುಪ್ತ ಗುಣಗಳು ಹೊರಬರಲು ಆ ಕೀಲಿಕೈಯನ್ನು ಹೇಗೆ ಉಪಯೋಗಿಸಬೇಕು ಎಂಬುದರ ವಿವರಣೆಯನ್ನೂ ಈ ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ನೀಡಲಾಗಿದೆ. ಇದರ ಮೂಲಕ ನಿಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳು ದೇಶದ ಉತ್ತಮ ನಾಗರಿಕರಾಗುವರು ಮತ್ತು ಅವರು ದೇಶದ ಉನ್ನತಿಗಾಗಿ ಉಪಯುಕ್ತರಾಗುವರು.

ತಮ್ಮ,
ಡಾ. ವ.ಬಾ. ಆಠವಲೆ
ಡಾ. ಕಮಲೇಶ ಆಠವಲೆ