

പരിഷ്കരണത്തെ എന്തിന് പേടിക്കണം?

എം.ബി. സന്തോഷ്

തിരു: പരിഷ്കരണത്തിന്റെയും മൂല്യം വീക്ഷിക്കുന്ന എസ്. എസ്. എൽ. സി. വിദ്യാർത്ഥികളുടെയും ക്ഷേമം, അവരുടെ സഹായത്തിനായി 'ശ്രാണി' എന്ന സംഘടന കഴിഞ്ഞ സെപ്റ്റംബർ 2001-ൽ സംവിധാനം ഏറ്റെടുത്തിട്ടുണ്ട്. എസ്. എസ്. എൽ. സി. വിദ്യാർത്ഥികൾക്ക് എന്തെങ്കിലും സാങ്കേതികപരമായ അനുകൂലമായ പരിഷ്കരണങ്ങൾ 'ശ്രാണി'യിലെ മന:ശാസ്ത്രജ്ഞർ 24 മണിക്കൂറും സൗജന്യ ഉപദേശം നൽകാൻ സന്നദ്ധരാണ്. 0471 - 300333, 98461 35003 എന്നിവയാണ് അവരുടെ നമ്പരുകൾ. കഴിഞ്ഞ മൂന്നു വർഷമായി ആരോഗ്യവകുപ്പിന്റേതായി പരിഷ്കരണങ്ങൾ പൂർത്തിയാക്കുന്നതിന് ഓർഡിനേറ്റ് ഈ നമ്പരുകൾ പ്രസിദ്ധീകരണത്തിന് നൽകിയിട്ടുണ്ട്. 1999-ൽ ഇതേത്തുടർന്ന് 180 പേരാണ് ഓർഡിനേറ്റിലൂടെ സഹായം തേടിയത്. അതിനടുത്ത വർഷം ഇത് 2152 ആയി. കഴിഞ്ഞ വർഷം ഇവരുടെ എണ്ണം 3174 ആയി ഉയർന്നു. കഴിഞ്ഞ വർഷം കടുത്ത ആർദ്ധശേഷിപ്രദമായ പ്ര

കാലമായി 15 വിദ്യാർത്ഥികളെ, ഇതിനടുത്തുള്ള തിരുവനന്തപുരം വരുന്ന കഴിഞ്ഞതായും 'ശ്രാണി' രാജ്യവാഹികൾ പഠിപ്പിച്ചു. എസ്.എസ്.എൽ.സി. പരിഷ്കരണത്തിന്റെയും അവസാനമല്ല, മൂലകമായതാണ് കേരളത്തിലെ കഴിഞ്ഞവർഷം വിദ്യാർത്ഥികളെ തൃപ്തിപ്പെടുത്തുന്നതിനുള്ള പദ്ധതികൾ കേരളത്തിൽ ഉന്നത ഉദ്യോഗസ്ഥർക്കുവേണ്ടിയായിട്ടുണ്ട്. എസ്. എസ്. എൽ. സി.ക്ക് എത്ര പേർ ഉയർന്ന മാർക്കു നേടി എന്നതിനെപ്പറ്റി 'ശ്രാണി' ഒരു പഠനം നടത്തി സർക്കാരിന് റിപ്പോർട്ട് സമർപ്പിച്ചിട്ടുണ്ട്. 50 ശതമാനത്തിലേറെയും എസ്.എസ്.എൽ.സി.ക്ക് ശേഷമാണ് മികച്ച പരിഷ്കരണ വിജയം സാധിച്ചിരുന്നത്. പരിഷ്കരണത്തെ ശേഷമാണ് പ്രതിഷ്ഠിച്ച മാർക്ക് കിട്ടിയത് എന്ന് ആശങ്കപ്പെടുന്ന വിദ്യാർത്ഥികളെ മുൻകാലങ്ങളിൽ കണ്ടിരുന്നത്. എന്നാൽ പരിഷ്കരണത്തിന്റേതായ മാർക്കുകളുടെയും അധ്യാപകരുടെയും പ്രതിഷ്ഠയ്ക്കെതിരെയുള്ള അനുകൂലമായൊരു മന:ശാസ്ത്ര

ജ്ഞാന സമീപിക്കുന്ന എസ്. എസ്. എൽ. സി. വിദ്യാർത്ഥികൾക്ക് പൂർണ്ണമായും പ്രദാനം ചെയ്യുന്ന പദ്ധതികൾ. പേടി, വിറയൽ, അധിതവിധി പ്രതിഷ്ഠ, വിഷ്ണുപ്രാർത്ഥന, ഇടവകയിലായത് എന്നിങ്ങനെയുള്ള ലക്ഷണങ്ങൾ വിദ്യാർത്ഥികൾ സമർപ്പിക്കുന്നതിനുള്ള മന:ശാസ്ത്രജ്ഞർ പഠിപ്പിച്ചു. ഇത്തരക്കാർക്ക് ശാസ്ത്ര വ്യായാമത്തിന് പ്രേരിപ്പിക്കണം. കണ്ണടച്ചിരുന്ന് അഞ്ചുമിനിറ്റ് ശ്വാസോച്ഛ്വാസം ചെയ്തിട്ടു കഴിഞ്ഞാൽ ഇതിന്റെ ആശുപതി. അതിൽ മാത്രമേ ശ്രദ്ധിക്കാവൂ എന്ന് പ്രത്യേകം നിർദ്ദേശിക്കണം. അപ്പോൾ അവർക്ക് സന്തോഷം, ശാന്തതയുടെ വേഗത മനസ്സിലാവും. ശാന്തതയിൽ കൂറിച്ചെടുക്കുന്നവരും ഈ വ്യായാമം അവരുടെ സമർപ്പണകൃതി സംയോജനം നിലയിലെത്താൻ സഹായിക്കുന്നതിനായിട്ടുണ്ട്. പരിഷ്കരണത്തിൽ നിൽക്കുന്നില്ലെന്ന് ബഹുജനപ്രതിഷ്ഠ വിദ്യാർത്ഥികളും പരാതിപ്പെടുന്നുവെന്ന് മന:ശാസ്ത്രജ്ഞർ പറഞ്ഞു. എല്ലാംകൂടി ഒരുമിച്ച് പഠി

ക്കാൻ ശ്രമിക്കുന്നതുമൂലമാണിത്. ദൈനംദിന പഠിക്കുന്നവർ 45 മിനിറ്റുവരെ പഠിക്കുന്നതിൽ കഴിയുന്നില്ല. അതിനുശേഷം പഠിക്കുന്നതാണ് ഓർമ്മ നിലനിർത്തുന്നതിനായിട്ടുള്ളതല്ലെന്ന് പരാതിപ്പെടുന്നവർ. 45 മിനിറ്റുവരെ പഠനം കഴിഞ്ഞ് പത്തുപതിനഞ്ച് മിനിറ്റ് തലച്ചോറിന് വിശ്രമം നൽകിയശേഷം പഠനം തുടർന്നാൽ ഈ പരാതി ഉണ്ടാവില്ല. വിദ്യാർത്ഥികളിലുള്ള അധിതമായ പ്രതിഷ്ഠയാണ് അവരിൽ അധിക സമ്മർദ്ദം സൃഷ്ടിക്കുന്നതെന്ന് സംസ്ഥാന മാനസികാരോഗ്യ അതോറിറ്റി സെക്രട്ടറി ഡോ. സുരേഷ്കുമാർ, തിരുവനന്തപുരം മെഡിക്കൽ കോളേജിനോടനുബന്ധിച്ചുള്ള എസ്.എ.ടി. ആശുപത്രിയിലെ ശിശുരോഗശാസ്ത്ര വിഭാഗം അസോസിയേറ്റ് പ്രൊഫസർ എം. എസ്. ഇന്ദിര, 'ശ്രാണി' സെന്റർ ഫോർ ക്രൈസിസ് കൺസൾട്ടേഷൻ - ഓർഡിനേറ്റർ ഡോ. എലിസബത്ത് വടക്കേക്കര, ക്ലിനിക്കൽ സൈക്കോളജിസ്റ്റ് ഡോ. ടി. എസ്. അരുൺകുമാർ എന്നിവർ 'കേരള കമ്മ്യൂണിറ്റി'യോട് പറഞ്ഞു.