



ಟ್ರೋಲಿಂಗ್ಗೆ ಉದಾಸೀನವೇ ಉತ್ತಮ ಉಪಾಯ

ಟ್ರೋಲಿಂಗ್ ಅನ್ನು ಇಂಗ್ಲಿಷ್‌ನಲ್ಲಿ 'ಸೈಬರ್‌ಬುಲಿಯಿಂಗ್' ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತೇವೆ. ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿ ಸೈಬರ್-ಬೆದರಿಕೆ ಎಂದು ಕರೆಯಬಹುದು. ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಗುರಿಯಾಗಿ ಸಿ ಚಾರಿತ್ರ್ಯಹರಣ ಮಾಡುವ ಅಥವಾ ನಿಂದಿಸುವುದರಿಂದ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ನೋವು ಉಂಟು ಮಾಡುವುದೇ ಇದರ ಉದ್ದೇಶ.

ಆತಂಕ, ಖಿನ್ನತೆ ಹಾಗೂ ಅವಮಾನಕ್ಕೆ ಒಳಗಾದ ಭಾವ - ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದನ್ನು ಬೇಕಾದರೂ ಟ್ರೋಲಿಂಗ್ ತಂದೊಡ್ಡಬಹುದು. ಸೆಲೆಬ್ರಿಟಿಗಳು, ಕ್ರೀಡಾಪಟುಗಳು ಹಾಗೂ ರಾಜಕಾರಣಿಗಳು ಹೆಚ್ಚು ಟ್ರೋಲಿಂಗ್ ಒಳಗಾಗುತ್ತಾರೆ. ಶಾಲಾ ಕಾಲೇಜು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಲ್ಲೂ ಸೈಬರ್ ಬೆದರಿಕೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಕಂಡುಬರುತ್ತಿದೆ.

ಯಾರದ್ದೋ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಕಂಗಡಿಸಲೇ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಕೌಶಲವಾಗಿ ಟ್ರೋಲಿಂಗ್‌ಗಳನ್ನು ಪ್ರಯೋಗಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅದೊಂದು ವ್ಯವಸ್ಥಿತ ಸಂಚು ಕೂಡ ಆಗಿರಬಹುದು. ಹೀಗಾಗಿ ಟ್ರೋಲಿಂಗ್‌ಗಳಿಗೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುವುದೂ ಟ್ರೋಲಿಂಗ್‌ಗಳಿಗೆ ಆಹಾರ ಕೊಟ್ಟಂತೆ.

ಟ್ರೋಲಿಂಗ್‌ಗಳ ನಿರ್ವಹಣೆ ಹೇಗೆ ಇರಬೇಕು?

ಇಂಥದೊಂದು ಪ್ರಶ್ನೆ ನಿತ್ಯವೂ ಅನೇಕರಿಗೆ ಎದುರಾಗುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಟ್ರೋಲಿಂಗ್‌ಗಳು ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬರ ಯಾವುದೋ ಒಂದು ಕ್ರಿಯೆ, ವರ್ತನೆ, ಹೇಳಿಕೆ ಇವನ್ನು ಆಧರಿಸಿ ಇದ್ದಲ್ಲಿ ಅದಕ್ಕೆ ಸೂಕ್ತ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ನೀಡಬಹುದು. ಆದರೆ, ಅದು ವೈಯಕ್ತಿಕ ನಿಂದನೆಯ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಇದ್ದರೆ ಅದಕ್ಕೆ ಅದೇ ನೆಲೆಗಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಉತ್ತರಿಸಲು ಹೋದರೆ ಇನ್ನಷ್ಟು ಗೋಜಲು ಸೃಷ್ಟಿಯಾಗಬಹುದು. ಅದರ ಬದಲು ವೈಯಕ್ತಿಕ ದಾಳಿಗೆ ಇಳಿಯದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ನೀಡಿದಲ್ಲಿ ಟ್ರೋಲಿಂಗ್‌ಗಳಿಗೆ ಮುಂದೇನು ಮಾಡಬೇಕು ಎಂದು ದಿಕ್ಕು ತೋಚದಂತಾಗುತ್ತದೆ. ಟ್ರೋಲಿಂಗ್‌ಗಳನ್ನು ಉಪೇಕ್ಷಿಸುವುದು ಇನ್ನೂ ಒಳ್ಳೆಯ ಮಾರ್ಗ. ಅವನ್ನು ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಹಚ್ಚಿಕೊಂಡರೆ, ಆತ್ಮವಿಮರ್ಶೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಅಸಂತೋಷಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಟ್ರೋಲಿಂಗ್‌ಗಳ ಗಮನಿಸುವುದನ್ನೇ ಚಟವಾಗಿಸಿಕೊಂಡವರಿಗೆ ಕ್ರಮೇಣ ತಾವು ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದೇ ತಪ್ಪೇನೋ ಎಂಬ ಪಾಪಪ್ರಜ್ಞೆ ಕಾಡತೊಡಗುತ್ತದೆ.

ಟ್ರೋಲಿಂಗ್‌ಗಳನ್ನು ಗಂಭೀರವಾಗಿ ಪರಿಗಣಿಸಿ, ಅವಕ್ಕೆ ಸತತವಾಗಿ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ನೀಡಲು ಹೋಗುವವರಿದ್ದಾರೆ. ಕ್ರಮೇಣ ಅದು ವಿತಂಡ ವಾದವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತಾ ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಹೀಗೆ ಮಾಡಿದರೆ ಟ್ರೋಲಿಂಗ್ ಒಳಗಾಗುವವರಿಗೇ ಅಪಾಯ ನಿಶ್ಚಿತ. ಟ್ರೋಲಿಂಗ್ ಮಾಡುವವರು, ಅದರಲ್ಲೂ ಖ್ಯಾತರನ್ನು ಕಣಕುವವರಿಗೆ ಗಮನ ಸೆಳೆಯುವುದೇ ಉದ್ದೇಶವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳು ಸಿಕ್ಕಿದಷ್ಟೂ ಅವರಿಗೆ ತಮ್ಮ ಉದ್ದೇಶ ಈಡೇರಿದ ಖುಷಿ ಮೂಡುತ್ತದೆ. ಅದರಲ್ಲೂ ಟ್ರೋಲಿಂಗ್‌ಗಳು ಕೈಪಿಡವೆ ಹಲವಾರು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರ ಕೊಡುತ್ತಾ ಹೋದರೆ ಖಿನ್ನತೆಯೆಳೆದು ಬಿಡುತ್ತೇವೆ. ಆಗ ಟ್ರೋಲಿಂಗ್ ಕೈ ಮೇಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಒಕುತೇಕ ಟ್ರೋಲಿಂಗ್‌ಗಳು ತಮ್ಮದಲ್ಲದ ಅನಾಮಧೇಯ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಸಾಮಾಜಿಕ ಜಾಲತಾಣಗಳಲ್ಲಿ ಖಾತೆಗಳನ್ನು ತೆರೆದಿರುತ್ತಾರೆ. ಅಂಥವರ ಮುಖವಾಡ ತೆಗೆಸುವ ಕೆಲಸಗಳೂ ಆಗಬೇಕು. ಇಂತಹ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಸೈಬರ್ ಪೊಲೀಸರು ನೆರವಿಗೆ ಬರಬಹುದು.

ಯಾವುದಾದರೂ ಪೋಸ್ಟ್ ಮಾಡುವಾಗ ಕಮೆಂಟ್‌ಗಳನ್ನು ಹಾಕದಂತೆ ಮಾಡುವ ತಾಂತ್ರಿಕ ಅನುಕೂಲ ಇದೆ. ಇದನ್ನು ಮಾಡಿದರೆ ಟ್ರೋಲಿಂಗ್‌ಗಳು ಬರುತ್ತಿವೆ ಎಂದಾದರೆ ಅಂಥವನನ್ನು ಹಿಂದೆಮುಂದೆ ನೋಡದೆ ಬ್ಲಾಕ್ ಮಾಡಬೇಕು. ಸತತವಾಗಿ ಕಾಮೆಂಟ್‌ಗಳನ್ನು ಓದುವ ಅಥವಾ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುವ ಚಾಳಿ ಇರುವವರು ಅದರಿಂದ ಹೊರಬರಲು ಒಂದಿಷ್ಟು ದಿನ ಸಾಮಾಜಿಕ ಜಾಲತಾಣಗಳಿಂದ ಹೊರಗುಳಿಯಬೇಕು.

ಈಗ ಜನಪ್ರಿಯ ಸಿನಿಮಾ ತಾರೆಗಳು ಹಾಗೂ ಬೇರೆ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳ ಪ್ರಭಾವಿಗಳು ಸಾಮಾಜಿಕ ಜಾಲತಾಣಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಣೆ ಮಾಡಲು ಪರಿಣತ ವ್ಯವಸ್ಥಾಪಕರನ್ನೇ ನಿಯೋಜಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ರೂಢಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ. ತಾಂತ್ರಿಕವಾಗಿ, ಕಾನೂನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಇಂತಹ ಸೂಕ್ತಗಳನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸುವ ಛಾತಿ ಈ ವ್ಯವಸ್ಥಾಪಕರು ಹಾಗೂ ಅವರ ತಂಡದವರಿಗೆ ಇರುತ್ತದೆ.

-ಡಾ. ಪಲೊಮಿ ಸುಧೀರ್

ಮನೋವೈದ್ಯಕೀಯ ವಿಭಾಗದ ಮುಖ್ಯಸ್ಥರು, ನಿಮ್ಮಾನ್ಸ್

ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಿದರು. ಆ ಟೀಕೆಟಿಪ್ಪಣಿಗಳನ್ನು ಓದಿದ ಕ್ರೀವ್‌ಲ್ಯಾಂಡ್ ಬ್ರೌನ್ಸ್ ತಂಡದ ಮಾಲೀಕರು, ಟ್ರೋಲಿಂಗ್‌ಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಣೆ ಮಾಡಲು ಬಾರದ ಆ ಆಟಗಾರನನ್ನೇ ಉಚ್ಚಾಟಿಸಿಬಿಟ್ಟರು.

ಸೆರೆನಾ ವಿಲಿಯಮ್ಸ್ ಟೆನಿಸ್ ಅಂಗಳದಲ್ಲಿ ಮಾಡಿದ ಮೋಡಿಯನ್ನು ನಾವು ಕಂಡಿದ್ದೇವೆ. ಅವರು ತಾಯಿಯಾದ ಮೇಲೆ ಶಸ್ತ್ರಕ್ರಿಯೆಗೆ ಒಳಗಾಗಿ ಚೇತರಿಸಿಕೊಂಡ ನಂತರ ಮತ್ತೆ ಟೆನಿಸ್ ಆಡಿದ್ದೇ ಪವಾಡ ಎಂದವರೂ ಇದ್ದಾರೆ. ಅಷ್ಟೇ ದೊಡ್ಡ ಸಾಹಸ, ಅವರು ಟ್ರೋಲಿಂಗ್‌ಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಿದ್ದು. ಟ್ರೋಲಿಂಗ್‌ಗಳು ಅವರ ಹುರಿಗಟ್ಟಿದ ದೇಹವನ್ನೇ ಗುರಿಯಾಗಿಸಿಕೊಂಡು ಪದೇಪದೇ ತೋಚಿದಂತೆ ಟೈಪಿಸಿ, ಸಾಮಾಜಿಕ ಜಾಲತಾಣಗಳಲ್ಲಿ ಪೋಸ್ಟ್ ಮಾಡುತ್ತಲೇ ಇದ್ದರು. 'ಸೆರೆನಾ ಗಂಡಾಗಿ ಹುಟ್ಟಬೇಕಿತ್ತು' ಎನ್ನುವ ಟ್ರೋಲಿಂಗ್ ಅಂತೂ ವಿಪರೀತ ಎನ್ನುವಷ್ಟು ಮೂಡುತ್ತಿತ್ತು. ಮೊದಮೊದಲು ಅದರಿಂದ ವಿಚಲಿತರಾಗುತ್ತಿದ್ದ ಸೆರೆನಾ, ಕ್ರಮೇಣ ಅಂತಹ ಟ್ರೋಲಿಂಗ್‌ಗಳ ನಿರ್ಲಕ್ಷಿಸುವುದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿಕೊಂಡರು. ಇದಕ್ಕೇಂದೇ ಅವರು ಮನಶ್ಚಾಸ್ತ್ರಜ್ಞರ ಸಲಹೆಗಳನ್ನೂ ಪಡೆದರು.

ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಕ್ರಿಕೆಟ್ ಹೆಚ್ಚು ಜನಪ್ರಿಯ ಕ್ರೀಡೆಯಾದ್ದರಿಂದ ಅಭಿಮಾನಿಗಳು ಫಾರ್ಮ್ ಕಳೆದುಕೊಂಡ ಬ್ಯಾಟ್ಸ್ಮನ್-ಬೌಲರ್ ಅಥವಾ ಬ್ಯಾಟ್ಸ್ಮನ್-ಬೌಲರ್‌ಗಳನ್ನು ಟ್ರೋಲಿಂಗ್ ಮಾಡುವುದು ವ್ಯಾಪಕವಾಗಿದೆ. ಅಮೆರಿಕ ಹಾಗೂ ಯೂರೋಪ್ ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಬ್ಯಾಸ್ಕೆಟ್‌ಬಾಲ್, ಫುಟ್‌ಬಾಲ್ ತರಹದ ವೃತ್ತಿಪರ ಕ್ರೀಡೆಗಳ ಆಟಗಾರರಿಗೆ ಟ್ರೋಲಿಂಗ್‌ಗಳ ಕೂರಂಜುಗಳು ಎದುರಾಗುವುದು ಹೆಚ್ಚು. ಟ್ರೋಲಿಂಗ್‌ಗಳನ್ನು ಆಟಗಾರರು ಹಾಗೂ ಅಧೀರ್ಷಿಗಳು ಹೇಗೆ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಾರೆ, ಈ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಏನಲ್ಲ ತರಬೇತಿ ನೀಡುತ್ತಾರೆ ಎಂಬ ಕುರಿತು ಸಂಶೋಧಕ ಡೇನಿಯಲ್ ಕಿಲ್ಲಿಂಗ್ಸ್ ಅಧ್ಯಯನ ನಡೆಸಿದ್ದಾರೆ. 'ಇಂಗ್ಲಿಷ್ ಪ್ರೀಮಿಯರ್ ಲೀಗ್ ಫುಟ್‌ಬಾಲ್' ಆಟಗಾರರಿಗೆ ಎಲ್ಲ ಕ್ಲಬ್‌ಗಳೂ ಆಟದ ತರಬೇತಿಯ ಜೊತೆಯೇ ಜೀವನಶೈಲಿ ನಿರ್ವಹಣೆಯ ಬಗ್ಗೆ ತಲಸ್ತ್ರೀಕ ತರಬೇತಿ ನೀಡುತ್ತವೆ. ಅದರಲ್ಲಿ ಸಾಮಾಜಿಕ ಜಾಲತಾಣಗಳ ನಿರ್ವಹಣೆ, ಟ್ರೋಲಿಂಗ್‌ಗಳನ್ನು