

ಕತೆಯಲ್ಲೂ ಮೊಬೈಲ್ ಆಡುವ ಸಮಯ ಬಂದಾಗ ಮಾತ್ರ ಮುಖದಲ್ಲಿ ಖುಷಿಯ ಗೆರೆ. ಆ ಸಮಯ ಮುಗಿಯುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಪುಟಗಳನ್ನು ಅದನ್ನು ಕುಟ್ಟಿ ಸಿಟ್ಟು ತೋರಿಸುತ್ತಿದ್ದ. ಇತ್ತೀಚೆಗಂತೂ ಏಕಾಂಗಿಯಾಗಿ ಕತ್ತಲು ಕೋಣೆಯಲ್ಲಿರಲು ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತಿದ್ದ. ಊರಿನಿಂದ ಅಜ್ಜಿ ಬಂದರೂ ಮಾತನಾಡಿಸದೆ ಸುಮ್ಮನೆ ಮಂಕಾಗಿ ಕುಳಿತಿರುತ್ತಿದ್ದ. ಮೊಮ್ಮಗನ ಸ್ಥಿತಿ ನೋಡಿದ ಅಜ್ಜಿ ಅಳುತ್ತಲೇ ವಾಪಾಸಾದರಂತೆ.

ಈ ಹುಡುಗನ ಸ್ಥಿತಿ ನೋಡಿ ಅವನ ತಂದೆ ತಾಯಿ ಬೇಜವಾಬ್ದಾರಿಯವರೆಂದು ಹೇಳುವಂತಿಲ್ಲ. ಮಗುವಿಗೆ ಸಾಕಷ್ಟು ಸಮಯ ಕೊಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಆದರೆ, ಮೊಬೈಲ್ ಚಟ ಶುರುಹತ್ತಿದ ಮೇಲೆ ಅವನಿಗೆ ಯಾರ ಸಾಂಗತ್ಯವೂ ಬೇಡವಾಗಿತ್ತು. ಕೊನೆಗೆ ಜ್ಯೋತಿಷ್ಯವನ್ನೂ ಕೇಳಿದರು. 'ಒಂದೆರಡು ವರ್ಷ ಹೀಗೇ ಅವನು, ನಂತರ ಸರಿ ಹೋಗುತ್ತಾನೆ' ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳಿಕಳಿಸಿದ್ದರು. ಹಾಸ್ಟೆಲ್ಲಿಗೆ ಸೇರಿಸಲು ಪ್ರವೇಶ ಪರೀಕ್ಷೆ ಬರೆಸಿದರೂ ಪಾಸಾಗಲು ಅವನಿಂದ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ ಎಂದು ಆಕೆ ಅಲವತ್ತುಕೊಂಡಾಗ, ಒಮ್ಮೆ ಮನೋವೈದ್ಯರ ಬಳಿ ಹೋಗಿ ಸಲಹೆ ಪಡೆಯಿರಿ ಎಂದಷ್ಟೇ ಹೇಳುವುದಾಯ್ತು.

ಸಂಬಂಧಿಕರಲ್ಲಿ ಮತ್ತೊಬ್ಬ ಹೈಸ್ಕೂಲು ಓದುವ ಹುಡುಗ ಇದೇ ರೀತಿ ಮೊಬೈಲ್ ಚಟ ಅಂಟಿಕೊಂಡು, ಅದೇನು ಗೇಮ್ಸ್ ಆಡುತ್ತಿದ್ದನೋ, ಯಾವ ರೀತಿ ದುಡ್ಡು ಕಳೆಯುತ್ತಿದ್ದನೋ, ತಂದೆ ತಾಯಿಗಳಿಗೆ ವಿಷಯ ತಿಳಿಯುವಷ್ಟರಲ್ಲಿ ತುಂಬಾ ತಡವಾಗಿಬಿಟ್ಟಿತ್ತು. ತಾಯಿಗೆ ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಹೈಕೋರ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ, ತಂದೆಗೆ ಕೆಮಿಕಲ್ ಫ್ಯಾಕ್ಟರಿಯಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ. ಇಬ್ಬರೂ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಮನೆಬಿಟ್ಟವರು ವಾಪಸ್ಸಾಗುತ್ತಿದ್ದುದು ರಾತ್ರಿಯೇ. ಬದುಕು ನಡೆಸಲು ಇಬ್ಬರಿಗೂ ಉದ್ಯೋಗ ಮಾಡಲೇಬೇಕಾದ ಅನಿವಾರ್ಯತೆ.

ಮೊಬೈಲ್‌ನಿಂದ ಹಣ ಕಳೆಯುವುದು ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ಮನೆಯಲ್ಲಿರುವ ಬೆಲೆಬಾಳುವ ವಸ್ತುಗಳನ್ನೆಲ್ಲಾ ಕದ್ದು ಮಾರಾಟ ಮಾಡತೊಡಗಿದ. ಆಭರಣ, ನಗದನ್ನು ಮಗನಿಂದ ಕಾಯ್ದುಕೊಳ್ಳುವುದೇ ಪೋಷಕರಿಗೆ ದೊಡ್ಡ ಕೆಲಸವಾಯಿತು. ಆ ಹಣದಿಂದ ಅದೇನು

ಪಾಲಕರಿಗೆ ಕಿವಿಮಾತು

ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಮೊಬೈಲ್ ವ್ಯಸನದಿಂದ ಹೊರತರಲು ಪಾಲಕರು ಕೂಡ ಕೆಲವು ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿ ಸೂತ್ರಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಮಕ್ಕಳು ಹಿರಿಯರನ್ನು ಅನುಕರಿಸುವುದರಿಂದ, ಪೋಷಕರ ನಡವಳಿಕೆಗಳು ಆರೋಗ್ಯಕರವಾಗಿರಬೇಕು. 'ಎತ್ತು ಈಯಿತು ಎಂದರೆ ಕೊಟ್ಟಿಗೆಗೆ ಕಟ್ಟು' ಎನ್ನುವ ಗಾಢ ಮಾತು ಮಕ್ಕಳ ವಿಷಯಕ್ಕೆ ಅನ್ವಯವಾಗಬಾರದು. ಸೂಕ್ತವಾಗಿ ವರ್ತಿಸುವುದರಿಂದಷ್ಟೇ ಎಳೆಯರ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಬಗೆಹರಿಸುವುದು ಸಾಧ್ಯ. ಆ ಕಾರಣದಿಂದಲೇ, ಮೊಬೈಲ್ ವ್ಯಸನದಿಂದ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಹೊರತರಲು ಮನಮಂದಿಯ ಸಹಕಾರ ಅಗತ್ಯ. ಈ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಪೋಷಕರು ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದ ಕೆಲವು ಸಂಗತಿಗಳು:

- ತೀರಾ ಅನಿವಾರ್ಯವಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಮಕ್ಕಳ ಎದುರು ಮೊಬೈಲ್ ಬಳಸುವುದು ಬೇಡ.
- ಮನೆ ಮಂದಿಯೆಲ್ಲ ಒಟ್ಟಿಗೆ ಸೇರುವ ತಿಂಡಿ-ಊಟದಂಥ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಮೊಬೈಲ್ ಬಳಕೆ ಕಡ್ಡಾಯವಾಗಿ ಬೇಡ.
- ಹಾಸಿಗೆ ಮೇಲೆ, ದಿಂಬಿನ ಕೆಳಗೆ ಮೊಬೈಲ್ ಇರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ. ಅದನ್ನು ಹಾಸಿಗೆಯಿಂದ ಆದಷ್ಟೂ ದೂರವಿಡಿ.
- ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಪುಸ್ತಕ ಮತ್ತು ಪತ್ರಿಕೆ ಓದುವುದನ್ನು ಆಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿಸಿ. ಸಂಗೀತ, ನೃತ್ಯದಂಥ ಯಾವುದಾದರೂ ಕಲೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಿ.
- ದಿನದಲ್ಲಿ ಒಂದಿಷ್ಟು ಸಮಯ ಆಟದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಿ.
- ಆಪ್ತ ಸಮಾಲೋಚಕರ ಸಲಹೆ ಪಡೆಯುವುದು ಅನಿವಾರ್ಯ ಎನ್ನಿಸಿದಾಗ ಹಿಂಜರಿಯುವುದು ಬೇಡ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಕೌನ್ಸೆಲಿಂಗ್ ಮಕ್ಕಳಿಗೆಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ದೊಡ್ಡವರಿಗೂ ಅಗತ್ಯ.

ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದನೋ ಇದುವರೆಗೂ ಬಾಯಿ ಬಿಡಿಸಲು ಆಗಿಲ್ಲ. ಹೆಚ್ಚಿಗೆ ಮಾತನಾಡಿದರೆ ಹದಿವಯಸ್ಸಿನ ಹುಡುಗ ಏನಾದರೂ ಹೆಚ್ಚು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಬಿಟ್ಟಾನು ಎನ್ನುವ ಭಯ. ಈಗ ಅವನನ್ನು ಯಾವುದಾದರೂ ಹಾಸ್ಟೆಲ್‌ಗೆ ಸೇರಿಸುವ ಬಗ್ಗೆ ಆಲೋಚಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಇಲ್ಲಿ ಯಾರನ್ನು ದೂರುವುದು? ಪೋಷಕರು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಸಮಯ ಕೊಡಬೇಕು, ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಹಿರಿಯರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಬೇಕು ಎನ್ನುವ ಮಾತು ನಿಜ. ಆದರೆ, ಪೋಷಕರ ಪ್ರೀತಿಯ ನಡವಳಿಕೆ ಮತ್ತು ಕಣ್ಣಾಲಿನ ನಡವೆಯೂ ಕೆಲವು ಮಕ್ಕಳು ದಾರಿ ತಪ್ಪುತ್ತಿರುವ ಉದಾಹರಣೆಗಳು ಕಣ್ಣುಮುಂದೆ ಸಾಕಷ್ಟಿವೆ. ಕೊರೊನಾದ ನಂತರ ಈ ತರಹದ ಘಟನೆಗಳು ತುಂಬಾ ಹೆಚ್ಚಿವೆ.

ಬಡವರೋ, ಸಿರಿವಂತರೋ ಸ್ಮಾರ್ಟ್‌ಫೋನ್ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಇದ್ದೇ ಇದೆ. ಶಾಲೆಯ

ಓದಿನಿಂದ ಹಿಡಿದು ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವಿಷಯಕ್ಕೂ ಮೊಬೈಲು ಅನಿವಾರ್ಯವಾಗಿರುವಾಗ ಅದರ ಹಿಡಿತದಿಂದ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ತಪ್ಪಿಸುವ ಬಗೆಯಾದರೂ ಹೇಗೆ?

ಮಿತಿ ಮೀರುತ್ತಿರುವ ಮೊಬೈಲ್ ಚಟವನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವ ದಾರಿ ಕಾಣದೆ ಪೋಷಕರು ಕಂಗಾಲಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಹಿಂದೆಲ್ಲಾ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಹಾಸ್ಟೆಲ್‌ಗೆ ಹಾಕುವುದಕ್ಕೆ ಬೇರೆಯೇ ಕಾರಣಗಳಿದ್ದವು. ವಾಸಿಸುತ್ತಿರುವ ಊರಿನಲ್ಲಿ ಕಲಿಕೆಯ ಅವಕಾಶಗಳು ಇಲ್ಲದೆ ದೂರದ ಊರಿನ ಶಾಲಾ-ಕಾಲೇಜು ಸೇರುವುದು ಅನಿವಾರ್ಯವಾಗಿದ್ದಾಗ ಅಲ್ಲಿ ಹಾಸ್ಟೆಲ್ ಅನಿವಾರ್ಯವಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿನ ಬಡತನ ಕೂಡ ಮಕ್ಕಳು ಹಾಸ್ಟೆಲ್ ಸೇರಲು ಕಾರಣವಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಆದರೆ, ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಮೊಬೈಲ್ ಚಟ ಬಿಡಿಸುವ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಹಾಸ್ಟೆಲ್‌ಗೆ ಸೇರಿಸುತ್ತಿರುವುದು ಹೆಚ್ಚಾಗಿದೆ. ಹಟ, ಸಿಡುಕು, ಎದುರು ವಾದಿಸುವಂಥ ನಡವಳಿಕೆಗಳು ಹೈಸ್ಕೂಲ್ ಹಂತದಲ್ಲಿ ದೈಹಿಕ ಬದಲಾವಣೆಯ ಜೊತೆಗೆ ಹಾರ್ಮೋನಿನ ವ್ಯತ್ಯಾಸದಲ್ಲಿ ಸಹಜ ಎಂದು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಬಹುದಾದರೂ, ಅತಿರೇಕಕ್ಕೆ ಹೋಗುತ್ತಿರುವುದು ಆತಂಕ ತರುವ ವಿಷಯ.

ಮೊಬೈಲ್ ಬಾಧಿತ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಡಿಜಿಟಲ್ ವ್ಯಸನದಿಂದ ಹೊರಗೆ ತರಲು ಹಾಸ್ಟೆಲ್‌ಗೆ ಸೇರಿಸುವುದೊಂದೇ ಪರಿಹಾರವಲ್ಲ. ಕೆಲವು ಮಕ್ಕಳು ಹಾಸ್ಟೆಲ್ ಸೇರಿದ ನಂತರ ಸರಿಹೋಗಲೂಬಹುದು, ಮತ್ತೆ ಕೆಲವರ ಮನಸ್ಸಿತಿ ಮತ್ತಷ್ಟು ಬಿಗಡಾಯಿಸಲೂಬಹುದು. ಹಾಗಾಗಿ ಮೊದಲು ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚಕರ ಬಳಿ ಕರೆದೊಯ್ಯಿ, ಸೂಕ್ತ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಕೊಡಿಸುವುದು ಒಳ್ಳಿತು.

ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಿ: feedback@sudha.co.in

