



ಚಿತ್ರ: ಎಂ.ಎಸ್. ಮಂಜುನಾಥ್

ಓಡಿದ ಎಂದರೆ ಅವನ ಜೊತೆಗೆ ನಾವೂ ಕೂಡ ಓಡಲೇಬೇಕು, ಅವನೊಬ್ಬನನ್ನೆ ಬಿಡಲು ಭಯ!' ಮುಂಬೈವಾಸಿಯಾಗಿದ್ದು ಈಗ ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಉದ್ಯೋಗಿಯಾಗಿರುವ ರಕ್ಷಿತಾಗೆ ತನ್ನ ಒಬ್ಬಳೇ ಮಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಚಿಂತೆ, 'ಹೆಣ್ಣು ಮಕ್ಕಳಂತೂ ಆಟದ ಮೈದಾನದಲ್ಲಿ ಕಾಣುವುದೇ ಇಲ್ಲ' ಎನ್ನುವುದು ಆಕೆಯ ಕಸಿವಿಸಿ.

ನಗರ ಪ್ರದೇಶದ ಮಕ್ಕಳು ಮನೆ ಹೊರಬಂದು ಆಟವಾಡುವುದು ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತಿದೆ. ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಹೊಂದಿದ ಮತ್ತು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯಾಗುತ್ತಿರುವ ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳು ತಮ್ಮ ಬಾಲ್ಯದಲ್ಲಿ ಹೊರಾಂಗಣ ಆಟಗಳನ್ನು ಆಡದೇ ಒಳಾಂಗಣ ಆಟಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗುವುದು ಮತ್ತು ಇಲೆಕ್ಟ್ರಾನಿಕ್ ಪರದೆಯ (ಮೊಬೈಲ್ ಫೋನ್‌ಗಳ ಹಾವಳಿ, ಐಪ್ಯಾಡ್, ಟ್ಯಾಬ್ಲೆಟ್‌ಗಳು, ಇಲೆಕ್ಟ್ರಾನಿಕ್ ಗೇಮ್ಸ್) ಮುಂದೆ ಕೂತು ತಂತ್ರಜ್ಞಾನಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ಆಟವಾಡುವುದು ಅತಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಅದೇ ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಸಮಸ್ಯೆಯಾಗಿದೆ.

ಸಮಾಜದ ಆರೋಗ್ಯ

ಇದು ಮಕ್ಕಳ ಬೆಳವಣಿಗೆ, ಸೌಖ್ಯ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಮಾತ್ರ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ್ದಲ್ಲ, ಇದು ಬದಲಾಗುತ್ತಿರುವ ನಮ್ಮ ಒಟ್ಟಾರೆ ಸಮಾಜದ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನೂ ಪ್ರತಿಬಿಂಬಿಸುತ್ತದೆ. ಅಮೆರಿಕಾದ ರಿಚರ್ಡ್ ಲಾವ್ 2010 ರಲ್ಲಿ ಬರೆದ ಪುಸ್ತಕ 'ಲಾಸ್ ಚೈಲ್ಡ್ಸ್ ಇನ್ ದ ವುಡ್ಸ್' ದೊಡ್ಡ ಕೋಲಾಹಲವನ್ನೇ ಎಬ್ಬಿಸಿತು. ಆತ ಹುಟ್ಟು ಹಾಕಿದ 'ನೇಚರ್ ಡೆಫಿಸಿಟ್ ಡಿಸ್‌ಆರ್ಡರ್' ಎಂಬ ಹೊಸ ಆಲೋಚನೆ ಹೊರಾಂಗಣ ಪರಿಸರದ ಜೊತೆ ಇರದೇ, ಮನೆಯೊಳಗೇ ಇರುವ ಸ್ಥಿತಿಯ ಮಕ್ಕಳು ಮತ್ತು ಅವರ 'ಸ್ಟೀನ್ ಟೈಮ್' (ಇಲೆಕ್ಟ್ರಾನಿಕ್ ಪರದೆ ಸಮಯ) ದೈಹಿಕ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯದ ಮೇಲೆ ಉಂಟು ಮಾಡುವ ಹಾನಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಹಾಗೂ ಮಕ್ಕಳ ಸಂಬಂಧದ ಕುರಿತಂತೆ ಆರೋಗ್ಯ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಎಲ್ಲರಲ್ಲೂ ಕಳವಳವನ್ನು ಉಂಟು ಮಾಡಿತು.

ಮಕ್ಕಳು ಹಲವು ಬಗೆಯ 'ಸ್ಟೀನ್' ಪರಿಕರಗಳನ್ನು, ಯಂತ್ರಗಳನ್ನು, ಗ್ಯಾಜೆಟ್‌ಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ವಸ್ತುಗಳ, ಯಂತ್ರಗಳ ಜೊತೆ ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯ ಕಳೆಯುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಇದೇ ಕಾರಣಕ್ಕೆ ಅವರು ಮನೆ ಹೊರಗಡೆ, ಪ್ರಕೃತಿಯೊಡನೆ, ಹೊರಾಂಗಣದಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತಿದೆ.

ಶುಭ್ರ ಗಾಳಿಯ ಉಸಿರಾಟ, ದೇಹದ ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸಿನ ಆರೈಕೆ, ವ್ಯಾಯಾಮ ಮತ್ತು ಉಲ್ಲಾಸವನ್ನು ಪಡೆಯುವುದರಿಂದ ಆಗುವ ಲಾಭಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಇಂದು ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ, ವಿಶ್ವ ವಿದ್ಯಾನಿಲಯಗಳಲ್ಲಿ ಚರ್ಚೆಗಳಾಗುತ್ತಿವೆ.

ಏಕೆ ಈ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ? ಉತ್ತರ ಹುಡುಕಲು ವಿವಿಧ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಸಾಕಷ್ಟು ವಿಶ್ಲೇಷಣೆಗಳು ನಡೆಯುತ್ತಿವೆ. ಒಂದು ವಾದದಂತೆ ತಾಂತ್ರಿಕ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ವಿಧ ವಿಧವಾದ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಆಗುತ್ತಿದ್ದು, ಹೊರ ಮಾರುಕಟ್ಟೆಗೆ ಬರುತ್ತಿರುವ ಯಂತ್ರಗಳು, ಅಂತರ್ಜಾಲದ ಸುಲಭತೆ, ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅಂತರ್ಜಾಲ ಹಾಸು ಹೊಕ್ಕಾಗಿರುವ ಪರಿ, ಸಾಮಾಜಿಕ ತಾಣಗಳು, ಆಟಗಳು, ಸೌಲಭ್ಯಗಳು ನಮ್ಮನ್ನು ಮಂತ್ರಮುಗ್ಧಗೊಳಿಸಿವೆ. ಅಂತರ್ಜಾಲವಿಲ್ಲದ ನಾವು ಬದುಕು ವಂತೆಯೇ ಇಲ್ಲ ಎನ್ನುವ ಸನ್ನಿವೇಶದಲ್ಲಿ ನಾವಿದ್ದೇವೆ. ವ್ಯಾಪಾರ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು ಒಳಾಂಗಣ ಆಟಗಳ ಸಂಶೋಧನೆಗಳಿಗೆ ಹಣ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ.

ಮನೆಯೊಳಗೇ ಟಿವಿ/ಕಂಪ್ಯೂಟರ್ ಮುಂದೆ ಕೂತು ಕಾಲ ಕಳೆಯುವುದರಿಂದ ದೈಹಿಕ ವ್ಯಾಯಾಮವಿಲ್ಲದೆ ಬೊಜ್ಜು, ಡಯಾಬಿಟಿಸ್ ಹೆಚ್ಚಿದೆ. ಸಣ್ಣ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಇಂದು ಹಲವು ಬಗೆಯ ನಡವಳಿಕೆ ಸಂಬಂಧಿ ತೊಂದರೆಗಳು ಉಂಟಾಗುತ್ತಿವೆ. ಇದರಿಂದ ದೈಹಿಕ, ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಉಲ್ಬಣಿಸಿ ಆರ್ಥಿಕ ವಹಿವಾಟುಗಳಲ್ಲೂ ಬಹಳ ವಿರಳಿತಗಳಾಗುತ್ತವೆ. ಸಾಮಾಜಿಕ ಸ್ವರಗಳಲ್ಲಿ ತಾರತಮ್ಯ ಹೆಚ್ಚುತ್ತವೆ. ಮತ್ತೊಂದು ಕಡೆ ಶಾಲಾ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಹೊಸ ರೀತಿಯ ತೊಂದರೆಗಳು ಕಂಡು ಬರುತ್ತಿವೆ.

ಮಕ್ಕಳು ಮುಕ್ತವಾಗಿ ಹೊರಾಂಗಣದಲ್ಲಿ, ನಿಸರ್ಗದಲ್ಲಿ, ಪ್ರಕೃತಿಯ ಜೊತೆ ಆಡಲೇ ಬೇಕು. ಮಕ್ಕಳು ಆಟವಾಡಲು ಒಳ್ಳೆಯ ಆಟದ ಮೈದಾನ, ಅದರೊಂದಿಗೆ ಅವರ ಹಿತ ರಕ್ಷಣೆ ಮಾಡುವಂತಹ ಪರಿಸರ ಇರುವುದು— ಎರಡೂ ಮಕ್ಕಳ ಹಕ್ಕುಗಳು. ವಿಶ್ವಸಂಸ್ಥೆಯ ಮಕ್ಕಳ ಹಕ್ಕುಗಳ ಒಡಂಬಡಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಸೂಚಿತವಾಗಿರುವ ಪ್ರಕಾರ, ಮಕ್ಕಳು ಆಟವಾಡಲು ಅವರಿಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ಇರಬೇಕು. ಆಟಗಳಿಂದ ಮಕ್ಕಳ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ವಿಕಸನ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಆಗುತ್ತದೆ, ಅದರೊಡನೆ ಸಾಮಾಜಿಕ ಚೈತನ್ಯ, ಒಗ್ಗಟ್ಟು, ಒಮ್ಮತ, ಸಂಘರ್ಷ ಪರಿಹಾರ ಕಲೆ, ಸಂವಹನ ಕಲೆ— ಹೀಗೆ ಇನ್ನೂ ಎಷ್ಟೋ ತರಹದ ಲಾಭಗಳಿವೆ. ಹೊರಾಂಗಣ ಆಟಗಳಿಂದ ಮಕ್ಕಳು ವಂಚಿತರಾಗದಂತೆ ಕಾಪಾಡುವ ಜವಾಬ್ದಾರಿ ಸರ್ಕಾರದ್ದು ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ಸಮಾಜದ್ದೂ ಹೌದು.