



ಗೌರಿ ಭಟ್ಟ

### ಪಾಲಕರಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿದ ಆತಂಕ

ಲಾಕ್‌ಡೌನ್ ನಂತರದ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆ ಕಂಡ ಮಕ್ಕಳ ದಿನಚರಿ ಪೋಷಕರಿಗೆ ತಲೆನೋವು ತಂದಿಟ್ಟಿದೆ. ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಪಾಠ ಕೇಳುತ್ತ, ಗೆಲೆಯರೊಡನೆ ಬೆರೆತು ಕ್ರಿಯಾಶೀಲವಾಗಿ ಸಮಯ ಕಳೆಯಬೇಕೆಂದ ಮಕ್ಕಳು ಮನೆಯಲ್ಲೇ ಕೂತು ಕಾಲಹರಣ ಮಾಡುವಂತಾಗಿದೆ ಎಂದು ಆತಂಕಕ್ಕೊಳಗಾಗಿದ್ದಾರೆ.

‘ಮಕ್ಕಳು ಆಲಸಿಗಳಾಗುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ರಾತ್ರಿ ಟಿ.ವಿ., ಮೊಬೈಲ್ ನೋಡುತ್ತ ತಡವಾಗಿ ಮಲಗುವುದು, ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ತಡವಾಗಿ ಏಳುವುದು, ಸಮಯಕ್ಕೆ ಸರಿಯಾಗಿ ಆಹಾರ ಸೇವಿಸದೇ

ಇರುವುದು ರೂಢಿಯಾಗಿದೆ. ಯಾರ ಜೊತೆಗೂ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಬೆರೆಯದೇ ಅಂತರ್ಮುಖಿಯಾಗುತ್ತಿದ್ದಾರೆ’ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಪೋಷಕಿ ಗೌರಿ ಭಟ್ಟ.

‘ಮೊಬೈಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್ ಆನ್ ಮಾಡಿದಾಗ ಬೇಡವೆಂದರೂ ತೂರಿಕೊಂಡು ಬರುವ ಅಸಭ್ಯ ಚಿತ್ರ, ದೃಶ್ಯಗಳು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಬಹುಬೇಗ ಸೆಳೆಯುತ್ತವೆ. ಅವರು ಏನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ಇಡೀ ದಿನ ಕಾಯುತ್ತಾ ಕೂರುವುದು ಕಷ್ಟ’ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಅವರು.

ಅವರಿಗೆ ಮೂರು ಮತ್ತು ಒಂಬತ್ತನೇ ತರಗತಿ ಓದುವ ಇಬ್ಬರು ಹೆಣ್ಣುಮಕ್ಕಳಿದ್ದಾರೆ.

ಅವಧಿಯ ಹೊರತಾಗಿ ಬೇರೆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಆಟ ಆಡಲೆಂದು ಮೊಬೈಲ್ ಮೇರೆ ಹೋಗುವುದನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಬೇಕು’ ಎಂದು ಎಚ್ಚರಿಸುತ್ತಾರೆ.

### ವರ್ಚುವಲ್ ಜಗತ್ತಿನ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮ

‘ಮಕ್ಕಳು ಚಿಕ್ಕಂದಿನಿಂದಲೇ ವರ್ಚುವಲ್ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ (ಕಂಪ್ಯೂಟರ್, ಮೊಬೈಲ್, ಟಿ.ವಿ) ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಭೌತಿಕ ಪ್ರಪಂಚ, ಅಂದರೆ ಮೈದಾನಕ್ಕಿಳಿದು ಆಟ ಆಡುವುದು, ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ಬೆರೆಯುವುದು, ಸಂಬಂಧಿಕರೊಂದಿಗೆ ಸಮಯ ಕಳೆಯುವುದು ಕಡಿಮೆ ಆಗುತ್ತಾ ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಅದರಿಂದಾಗಿ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿನ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಜ್ಞಾನ ಕಡಿಮೆ ಆಗುತ್ತದೆ. ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ, ಅವರು ದೊಡ್ಡವರಾದಾಗ ಏನಾದರೂ ಸಮಸ್ಯೆ ಎದುರಾದರೆ ಅದನ್ನು ಹೇಗೆ ನಿಭಾಯಿಸುವುದು ಎಂಬ ತಿಳಿವಳಿಕೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಇದರಿಂದಾಗಿ ಅವರು ಗಾಬರಿ, ಗೊಂದಲಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತಾರೆ’ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಧಾರವಾಡದ ‘ಎಸ್‌ಡಿಎಂ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಕಾಲೇಜು ಮತ್ತು ಆಸ್ಪತ್ರೆ’ಯ ಸಹಾಯಕ ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕ ಹಾಗೂ ಮನೋವೈದ್ಯ ಡಾ. ಸಚಿನ್ ಬಿ.ಎಸ್.

‘ಕೋವಿಡ್ ಲಾಕ್‌ಡೌನ್‌ಗಿಂತ ಮುಂಚೆಯೂ ಇಂಥ ಪ್ರಕರಣಗಳು ಇದ್ದವು. ಆದರೆ ಲಾಕ್‌ಡೌನ್ ನಂತರ ಮಕ್ಕಳು ಮನೆಯಿಂದ ಹೊರಬೀಳದ ಸ್ಥಿತಿ ಎದುರಾದಾಗ ಈ ಸಮಸ್ಯೆ ಗಮನಾರ್ಹ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಳವಾಗಿದೆ’ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಅವರು.

ಟಿ.ವಿ ನೋಡಿ ನೋಡಿ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಒಂದು ರೀತಿಯ ಅಸಹನೆ ಉಂಟಾಗುತ್ತಿದೆ. ಗಲಾಟೆ ಮಾಡುವುದು, ಚಿನ್ನಾಗಿ ನಿಡ್ಡೆ ಮಾಡದೇ ಇರುವುದು, ಸಮಯಕ್ಕೆ ಸರಿಯಾಗಿ ಊಟ ಮಾಡದೇ ಇರುವಂಥ ತೊಂದರೆಗಳೂ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿವೆ. ಇವೆಲ್ಲ ಕಾರಣಗಳಿಂದಾಗಿ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಬಾಲ್ಯದ ಬೊಜ್ಜು (ಪೀಡಿಯಾಟ್ರಿಕ್ ಒಬೆಸಿಟಿ) ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿದೆಯಂತೆ.

‘ಐದು-ಹತ್ತು ನಿಮಿಷ, ಅರ್ಧ ಗಂಟೆ, ಒಂದು-ಎರಡು ತಾಸು ಹೀಗೆ ಆರಂಭವಾಗುವ ಮೊಬೈಲ್ ನೋಡುವ ಅಭ್ಯಾಸ ಮುಂದೆ ಮೂರು-ನಾಲ್ಕು ತಾಸುಗಳಿಗೆ ವಿಸ್ತರಣೆಗೊಂಡು ಅದೊಂದು ಚಟವಾಗಿಬಿಡುತ್ತದೆ. ಇದು ಮಗುವಿನ ಸಾಮಾಜಿಕ, ದೈಹಿಕ, ಮಾನಸಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ. ಫಲಿತಾಂಶವೆಂಬಂತೆ ಸಂವಹನ, ಸೃಜನಾತ್ಮಕ ಕೌಶಲ ಕಡಿಮೆ ಆಗುತ್ತದೆ.

ಮೊಬೈಲ್‌ನಲ್ಲಿ ವಿಡಿಯೋ ನೋಡುವುದರಿಂದ, ನೋಡುವುದು ಮತ್ತು ಕೇಳುವುದು ಎರಡೇ ಕೆಲಸ ಆಗುತ್ತದೆ. ಎಲ್ಲ ಜ್ಞಾನೇಂದ್ರಿಯಗಳೂ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಮಗು ಅಳುತ್ತದೆ ಎಂದು ಮೊಬೈಲ್ ತೋರಿಸುತ್ತ ಊಟ ಮಾಡಿಸಿದರೆ ಊಟದ ಸ್ವಾದ ಅನುಭವಕ್ಕೆ ಬರುವುದಿಲ್ಲ. ತನಗೆ ಏನು ಬೇಕು, ಎಷ್ಟು ತಿನ್ನಬೇಕು, ಹೊಟ್ಟೆ ತುಂಬಿದೆಯೇ ಇಲ್ಲವೇ ಎಂಬ ತಿಳಿವಳಿ ಇರುವುದಿಲ್ಲ’ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಡಾ. ಸಚಿನ್.

‘ಮಕ್ಕಳ ಮಿದುಳು ಹೊಸತನ್ನು ಕಲಿಯುವ ಉತ್ಸಾಹದಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತದೆ. ಅವರ ಕಲಿಕೆಗೆ ಮಿತಿ ಇಲ್ಲ. ಪ್ರತಿ ಬಾರಿ ಹೊಸತನ್ನು ಕಂಡಾಗ ಕಲಿಯುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ನಾಲ್ಕು ಗೋಡೆಗಳ ಮಧ್ಯೆ ಇದ್ದು ಹೊಸತನ್ನು ಕಲಿಯುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಕುಗ್ಗುತ್ತದೆ. ಮಗು ಶಾಲೆಗೆ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಯಾವ ರೀತಿ ದಿನಚರಿ ಇರುತ್ತಿತ್ತೋ ಅದನ್ನೇ ಈಗಲೂ ಮುಂದುವರಿಸಬೇಕು. ಮಕ್ಕಳ ಜೊತೆಗೆ ಪಾಲಕರೂ



‘ಎಂಟರಿಂದ ಹತ್ತನೇ ತರಗತಿಯ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಸಂಗತಿಗಳು ಗಮನ ಸೆಳೆಯುವುದು ಹೆಚ್ಚು. ಹೀಗಾಗಿ ಮಕ್ಕಳು ಆನ್‌ಲೈನ್ ತರಗತಿಗೆ ಕೂರುವಾಗ ಪಾಲಕರೂ ಜೊತೆಗೆ ಕೂರುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು. ಮಕ್ಕಳು ಆನ್‌ಲೈನ್ ಪಾಠದಲ್ಲಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ಅವರ ಕೈಗೆ ಮೊಬೈಲ್ ಕೊಟ್ಟು ಪಾಲಕರು ನಿರಾಳವಾಗುವಂತಿಲ್ಲ. ಅವರ ಮೇಲೆ ಗಮನ ಇಟ್ಟಿರಬೇಕು. ಏನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ, ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಏನು ನೋಡುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದರ ಮೇಲೆ ನಿಗಾ ಇರಬೇಕು’ ಎಂದು ಸಲಹೆ ನೀಡುತ್ತಾರೆ ಸಚಿನ್.

‘ಮಕ್ಕಳು ಚಿಕ್ಕ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿಯೇ ಎಷ್ಟು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮೊಬೈಲ್ ಆಪರೇಟ್ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ಹೆಮ್ಮೆಪಡುವ ಪಾಲಕರಿಗೆ ಅವರು ಆತಂಕದ ಸುದ್ದಿಯೊಂದನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಾರೆ. ಮೊಬೈಲ್‌ನಲ್ಲಿ ವಿಡಿಯೋ ನೋಡುವುದರಿಂದಾಗಿ ಏನು ಕೇಳುತ್ತಾರೆಯೋ ಅದಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಚಿತ್ರಗಳು ಪರದೆ ಮೇಲೆ ಮೂಡುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಅವರು ಅಷ್ಟಕ್ಕೇ ಸೀಮಿತವಾಗುತ್ತಾರೆ. ಕಾಣುವುದರ ಹೊರತಾಗಿ ಪೂರಕ ಯೋಚನೆಗಳಿಗೆ ಅವಕಾಶ ಇಲ್ಲದಂತಾಗಿ, ಮಕ್ಕಳ ಕಲ್ಪನಾ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಕುಗ್ಗುತ್ತದೆ. ಪುಸ್ತಕ ಓದುವುದು, ಕಥೆ ಕೇಳುವುದೇ ಇದಕ್ಕೆ ಮಧ್ವ’ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಅವರು.

ಒಂದಂತೂ ನಿಜ. ಪ್ರಸಕ್ತ ಬಿಕ್ಕಟ್ಟಿನ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಶಿಕ್ಷಣ ಅನಿವಾರ್ಯ. ಆದರೆ, ಆನ್‌ಲೈನ್ ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಮಕ್ಕಳ ಪಾಡಿಗೆಷ್ಟೇ ಪೋಷಕರು ಬಿಡುವಂತಿಲ್ಲ. ಪೋಷಕರ ಪಾಲಿಗೂ ಇದು ಕಲಿಕೆಯ ಸಮಯ.