બાળકોના દુશ્મન : સેલફોન, કમ્પ્યૂટર અને વિડિયો ગેમ

આજનો યુગ કમ્પયૂટર યુગ ગનાય છે. કમ્પ્યૂટરને કારણે અનેકાનેક ક્ષેત્રોમાં પ્રગતિ સાધી શકાઇ છે. કમ્પ્યૂટરને કારણે વ્યક્તિના કામ ખૂબ જ ઝડપી અને સરળ બની ગયા છે. તેવી જ ક્રાંતિ મોબાઇલ – સેલ ફોનને કારણે પણ આવી જ છે. ત્યારે આજના હાઇટેક યુગમાં કેટલાક વાલી પોતાના બાળકોને પણ હાઇટેક બનાવવાના ગાંડપણમાં બાળકોને કેટલું નુકશાન પહોંચાડી રહ્યાં તેની તેમને ખબર જ નથી. કવિ કલાપીના શબ્દોમાં, “ જે પોષતું તે મારતું….” ઉક્તિ મુજબ કમ્પ્યૂટર, સેલફોન અને વિડિયોગેમ કે જે બાળકોના વિકાસ માટે ઉપયોગી છે તે જ ક્યારેક બાળકો માટે ખૂબ જ નુકશાનકર્તા નીવડે છે.

આપણા દેશમાં હજુ નાના બાળકો કમ્પ્યૂટરનો ઉપયોગ વધુ પ્રમાણમાં કરતાં નથી, પણ પરદેશમાં તેવું જોવા મળે છે. પણ પરદેશની હવા હવે આપણા દેશના બાળકોને પણ લાગવા માંડી છે. જેથી કમ્પ્યૂટરનો ઉપયોગ કરવાનું પ્રમાણ નાના બાળકોમાં હવે વધતુ જાય છે. આમ તો એક સંશોધન મુજબ ૧૨ થી ૧૫ વર્ષના બાળકો કમ્પ્યૂટરનો ઉપયોગ સૌથી વધારે કરે છે, જ્યારે ૮ થી ૧૨ વર્ષના બાળકોમાં તે પ્રમાણ લગભગ ૧૮ ટકા જેટલું છે. ૮થી નાની ઉંમરના બાળકો પણ કમ્પ્યૂટરનો વપરાશ બિલકુલ કરતા નથી એવું પણ નથી. વાત કરીએ કમ્પ્યૂટર પર કે વિડિયો પરની રમતોની. આજે મોટેરાથી માંડીને નાના બાળકો પણ આવી રમતો પાછળ સમયનો ખર્ચ કરે છે. જેમાં મોટેરાં તો સમય પાસ કરવા ક્યારેક જ રમતો રમતા હોય છે, જ્યારે નાના બાળકો તો આનંદ મેળવવા કે મજા આવે એ માટે રમતો રમે છે. આમ બનવાથી બાળકો કમ્પ્યૂટર પર કે ડી.વી.ડી. પરથી રમત રમતાં રમતાં ખસતા નથી. જેની આડ અસરો ખૂબ જ જોવા મળે છે. વાલી પણ આ માટે ગૌરવ અનુભવીને પડોશમાં કહેતા હોય છે કે, અમારે તો એને કમ્પ્યૂટરમાં એટલો તો રસ પડી ગયો છે કે તેને કમ્પ્યૂટર ખૂબ જ સરસ આવડે છે. હકીકતમાં બાળક કમ્પ્યૂટર પર કામ કરતો હોતો નથી, માત્ર રમતો જ રમતો હોય છે, આવી રમતો અભણ માણસ કમ્પ્યૂટર ર બેસે તો પણ રમી શકે, તે માટે વાલીએ કમ્પ્યૂટર આવડે છે તેમ કહીંને ગૌરવ લેવા જેવું નથી કે નથી બડાશ મારવાની જરૂર. જે બાળકો આવી રીતે કમ્પ્યૂટર કે ડી.વી.ડી.ની સામે બેસી ને રમતો રમતા હોય છે ત્યારે તેને ફાયદા કરતાં ગેરફાયદા વધુ થાય છે. વાલી એમ માનતા હોય છે કે બહાર રખડવા તો ન જાય, ઘરમાં બેસીને આમ રમતો રમશે તો તેનામાં તર્કશક્તિનો વિકાસ થશે. વાલીની આ વિચારણા જ ખોટી છે. ઘરમાં બેસીને ટી.વી. કે કમ્પ્યૂટર પર રમતો રમતું બાળક આઉટડોર ગેમ નથી રમતો. પરિણામે તેનો શારીરિક વિકાસ રમતોને કારણે જે થાય છે તે નથી થતો. એટલું જ નહીં તે લાંબો સમય કમ્પ્યૂટર કે ટી.વી.ની સામે બેસે છે ત્યારે તેની બેસવાની રીતનું નિરીક્ષણ કરશો તો ખ્યાલ આવશે કે આમ લાંબો સમય બેસવાથી તેના શરીરમાં કેવી સ્થૂળતા આવી જાય છે? આજે શાળામાં અભ્યાસ કરતા બાળકોના કોઇ એક વર્ગનું નિરીક્ષણ કરશો તો ખ્યાલ આવશે કે દરેક વર્ગમાં પાંચ-સાત છોકરાનું વજન જે હોવું જોઇએ તેના કરતાં ખૂબ જ વદારે હોય છે. બીજી બાજુ એ બાબત પર પણ નજર દોડાવો કે આવા બાળકો આજથી વીસ-પચ્ચીસ વર્ષ પહેલાં વર્ગખંડમાં ભાગ્યેજ જોવા મળતા હતા. ઘરમાં બેસીને અને ઘર બહાર રમતો નહીં રમવાથી માત્ર શારીરિક વિકાસ જ રુંધાય છે તેવું નથી, બાળકનો સામાજિક વિકાસ પણ રુંધાય છે. તેને મિત્રની સંખ્યા ઓછી હોય છે. તે બહાર ઝડપથી હળીમળી શકતો નથી.

ઘરમાં કમ્પ્યૂટર, સેલફોન કે ડી.વી.ડી. દ્વારા રમત રમતા બાળકને વાલી જમવા બેસવાનું કહેશે તો પણ તે આવું છું. આવું છું કહીને પોતાની રમત પૂરી કરવા પ્રયત્ન ચાલુ જ રાખશે. આવું વારંવાર બનવાથી બાળક વાલીની નાની-મોટી સૂચનાનો અનાદર કરવાનું શીખી જાય છે. એટલું જ નહીં તેની ચાલુ રમતે વાલી આગ્રહ કરીને બોલાવશે તો તે ગુસ્સે થઇને કે ચીડ સાથે બહાર આવશે. ઘરમાં કોઇ મહેમાન આવ્યા હશે તો ભાગ્યે જ મળવા આવશે કે મહેમાનની સાથે લાંબી વાત કરશે. વાલીના આગ્રહથી આવ્યો હશે તો પણ તે ટૂંખ સમયમાં જ મહેમાન પાસેથી નીકળીને કમ્પ્યૂટર પર બેસી જશે. ઘરના કે અન્ય પોતાના કામ પણ તે નહીં જ કરે. આજના બાળકો મોટાભાગે જે રમતો રમે છે તેમાં કારની રેસ હોય કે બંદૂકમાંથી ગોળી ચલાવવાની રમતો વિશેષ જોવા મળે છે. જેની સીધી અસર તેના વિચારો પર થાય છે. લાંબા ગાળે તેના વિચારો હિંસક અને ઝનૂની બની જાય છે. તે અનાયાસે હિંસક બાવનાનો શિકાર બનતો જાય છે. ભવિષ્યમાં ગેરકાનૂની કામ કરવા માટે તેને સહેજ પણ વાર નહીં લાગે. મારો-કાપોની નીતિ અપનાવશે. આવા બાળકો શાળામાંથી બહાર રખડવા પણ નીકળી જાય કે ઘેર મોડા પણ આવે. તેને ભણવા કરતાં અન્ય બાબતોમાં વધુ રસ પડે છે. પરદેશના સમાચારમાં તમે કદાચ સાંભળ્યું હશે કે, ક્યારેક શાળાના વિદ્યાર્થીએ પોતાના શિક્ષક પર ગોળીબાર કર્યો. વિદ્યાર્થી આવું શીખે છે ક્યાંથી ? વાલી તો આવું શીખવતા નથી કે નથી બાળક ઘર બહાર રમવા જતું. આવા વર્તનો તે વિડિયોગેમ કે ઇન્ટરનેટ પરથી શીખે છે.
ઉપરોક્ત નુકશાન ત્યારે જ જાય છે જ્યારે આ સાધનોનો વધારે પડતો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે ત્યારે જો જરૂર પ્રમાણમાં, યોગ્ય રીતે અને યોગ્ય બાબતો માટે ઉપયોગ કરવામાં આવે તો વાંધો નથી, પણ અતિરેક્ત અને ખોટી પસંદગીને કારણે નુકશાન થાય છે. .બાળકની ઉંમર સાથે સલંગ્ન માહિતી જ તેને આપવી કે ઉપયોગ કરવા દેવો. તે નવું નવું જાણવા માટે ઉત્સુક હશે, પણ કેટલો અને કેવો ઉપયોગ કરવો તેની વચ્ચે ખૂબ જ પાતળી ભેદરેખા છે. આ માટે વાલીની જાણકારી અને સમજદારી ખૂબ જ અગત્યનો ભાગ ભજવે છે. બાળક તો નાસમજ છે, પણ વાલી ? આજે ઘણાં વાલી પાસે બાળકો માટે સમય નથી, ખાસ કરીને આવું વિભક્ત કુટુંબમાં વિશેષ જોવા મળે છે. વાલીએ રમતો પસંદ કરતી વખતે ખૂબ જ સંભાળવું જોઇએ. જેમ હા પાડવાનું શીખ્યા છો તેમ ના પાડવાનું પણ શીખવું પડશે. બાળક માંગે તે નહીં પણ તેને જરૂર હોય તેવું લાવી આપો.

E-mail :- dr.ashokpatel@in.com

નોંધ :

- **લેખમાં મૂકવામાં આવતું ચિત્ર..... કોઇ બાળક કમ્પ્યૂટર પર ગેમ રમતો હોય તેવું લેવું.**
- **શક્ય હોય તો લેખના અંતે ઇ-મેલ આઇ.ડી. મૂકવું**