**ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಮೊಬೈಲ್ ಗೀಳು; ಸಮಾಜ ಹಾಳು**

## ಮಾತೆತ್ತಿದರೆ ಮೊಬೈಲ್ ಹಿಡಿದುಕೊಂಡು ಅದರಲ್ಲೇ ಮುಳುಗಿ ಹೋಗುತ್ತಿರುವ ಮಕ್ಕಳ ಸಂಖ್ಯೆ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿದೆ. ಮಾಹಿತಿಯ ಮಹಾಪೂರ, ಆರ್ಟಿಫಿಶಿಯಲ್ ಇಂಟೆಲಿಜೆನ್ಸ್‌ನ ಜಾಣ್ಮೆಗೆ ಮಾರುಹೋಗುವ ಹೊತ್ತಿನಲ್ಲೇ ಬ್ಲೂವೇಲ್ ಕಾಟ, ಸೈಬರ್ ಬುಲ್ಲಿಯಿಂಗ್‌ನ ಅಪಾಯ, ಚಾಟ್, ಗೇಮ್ಸ್ಸ್ ಗುಂಗಿನಲ್ಲಿ ಕಳೆದುಹೋಗುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಳೆಯರು. ಇವರನ್ನು ಕಾಪಾಡಲೆಂದೇ ಅಭಿಯಾನವೂ ಶುರುವಾಗಿರುವ ಈ ಹೊತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಡಿಜಿಟಲ್ ಜಗತ್ತನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತ ಅಂತರದಲ್ಲಿಡುವ ಬಗ್ಗೆ ಎಚ್ಚರ ವಹಿಸಬೇಕಿದೆ.

**ಅವಿನಾಶ್ ಬೈಪಾಡಿತ್ತಾಯ**

ಮಾತಿಲ್ಲ, ಕತೆಯಿಲ್ಲ. ಮೊಬೈಲ್ ಫೋನೊಂದು ಕೈಗೆ ಸಿಕ್ಕಿದೆ. ನನ್ನದೇ ಪ್ರಪಂಚ. ಯಾರೇನು ಬೇಕಾದರೂ ಆಡಿಕೊಳ್ಳಲಿ, ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲಿ. ನನಗೇಕೆ ಬೇರೆಯವರ ಉಸಾಬರಿ? ನನ್ನ ಪಾಡಿಗೆ ನಾನಿದ್ದರಾಯಿತಲ್ಲ... ಅಲ್ಲ, ಏನೆಲ್ಲಾ ಇದೆ ಇದರಲ್ಲಿ! ಅಂಗೈಯಲ್ಲಿ ಅರಮನೆ ಅಂತ ಮಾತಲ್ಲಷ್ಟೇ ಕೇಳಿದ ನನಗೆ, ಇದು ಸಾಕಾರಗೊಂಡಿದ್ದೊಂದು ಅಚ್ಚರಿಯ ಸಂಭ್ರಮ. ಹೊತ್ತು ಹೋಗಬೇಕಲ್ಲಾ!

ಈ ರೀತಿಯ ಸ್ವಗತದೊಂದಿಗೆ ಮನೆಯ ಒಂದು ಮೂಲೆಗೆ ಆತುಕೊಂಡಿದ್ದು ಯಾರು? ಕೂಡು ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿ ಬೆಳೆದು ಇದೀಗ ನ್ಯೂಕ್ಲಿಯಾರ್ ಕುಟುಂಬವಾಗಿ ಪರಿವರ್ತನೆಗೊಂಡ ಬಳಿಕ, ಮಕ್ಕಳು, ಮೊಮ್ಮಕ್ಕಳ ಪ್ರೀತಿ ವಾತ್ಸಲ್ಯಭರಿತ ತೊದಲು ಮಾತಿನಿಂದ ಪುಳಕಗೊಳ್ಳುವುದರಿಂದಲೋ; ಅವರ ಆಟ ಪಾಠಗಳ ಸವಿಯನ್ನು ಉಣ್ಣುವುದರಿಂದಲೋ; ಪುಟ್ಟ ಕಂದಮ್ಮಗಳ ಚುರುಕಿನ ಓಡಾಟವನ್ನು ಕಣ್ತುಂಬಿಕೊಂಡು ತನ್ನ ಇಳಿಗಾಲದ ಜೀವನವನ್ನು ಸಂತೋಷದಿಂದ ಕಳೆಯಬೇಕೆಂಬ ಕನಸು ಕಂಡು ನಿರಾಸೆಯ ಕೂಪಕ್ಕೆ ಧೊಪ್ಪನೇ ಬಿದ್ದ ಅಜ್ಜಿ - ತಾತ!  
  
ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ ಮನೆ ಮಕ್ಕಳ ಪಾಡೂ ಇದುವೇ! ಆಡುತ್ತಾ ಪಾಡುತ್ತಾ ಬೆಳೆಯಬೇಕಿರುವ ಮಕ್ಕಳ ಡಿಜಿಟಲ್ ಗೀಳು ಆತಂಕಕಾರಿಯಾಗಿ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿದೆ. ಇದೇ ಕಾರಣಕ್ಕೆ, ವಿಶ್ವ ಆರೋಗ್ಯ ಸಂಸ್ಥೆ (WHO) ಈ ವರ್ಷ ಡಿಜಿಟಲ್ ಗೇಮಿಂಗ್ ಗೀಳನ್ನು ಮಾನಸಿಕ ಅಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯದ ಪಟ್ಟಿಗೆ ಸೇರಿಸಿದೆ. ಮೊನ್ನೆ ಮೊನ್ನೆ ಇಡೀ ಜಗತ್ತು ವಿಶ್ವ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ದಿನವನ್ನು (ಅಕ್ಟೋಬರ್ 10) ಆಚರಿಸಿತು. ಈ ಸಂದರ್ಭ ಬೆಂಗಳೂರಿನ ತಾಯಿಯೊಬ್ಬಾಕೆಯ ಅಭಿಯಾನವೊಂದು ಗಮನ ಸೆಳೆಯಿತು. ಅದೇನೆಂದರೆ, ಪ್ರತಿ ಶನಿವಾರ, ರಾತ್ರಿ 7ರಿಂದ 9ರವರೆಗೆ ಡಿಜಿಟಲ್ ಸಾಧನಗಳನ್ನು ಮುಟ್ಟದಿರುವುದು! ಹೌದು. ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಟ್ರಾಫಿಕ್ ಗರಿಷ್ಠ ಇರುವುದೇ ಆ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಎನ್ನಲಾಗುತ್ತಿದ್ದು, ಎಲ್ಲರೂ ಈ ಸಣ್ಣ ಪ್ರಯತ್ನ ಆರಂಭಿಸಿದರೆ, ಮಕ್ಕಳ ಓದಿನ ಪ್ರಗತಿಗೆ ಪೂರಕ ಮತ್ತು ಮನೆಯಲ್ಲೂ ನೆಮ್ಮದಿ ಎನ್ನುವುದು ಹೆಬ್ಬಾಳದ ತೇಜಸ್ವಿ ಉತ್ತಪ್ಪ ಅವರ ಅಭಿಯಾನದ ಮೂಲ ಸತ್ವ.

ಬದುಕನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿಸಲು, ಹೆಚ್ಚು ಆನಂದಿಸಲೆಂದು ತಯಾರುಗೊಂಡಿರುವ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನವೊಂದು ಇಂದು ವಯೋವೃದ್ಧರಿಗೂ, ಮಕ್ಕಳಿಗೂ ಆಕರ್ಷಣೆಯಾಗಿದೆ ಎಂದಷ್ಟೇ ಆಗಿದ್ದರೆ ಪರವಾಗಿರಲಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ನಾವು ನಿಯಂತ್ರಿಸಬೇಕಾದ ಪುಟ್ಟ ಸಾಧನವೊಂದು ನಮ್ಮನ್ನೇ ಕಂಟ್ರೋಲ್ ಮಾಡುವ ಹಂತಕ್ಕೆ ತಲುಪಿರುವುದು ದುಗುಡದ, ಆತಂಕದ ವಿಷಯ.  
ಸ್ಮಾರ್ಟ್ ಫೋನೆಂಬ ಗ್ಯಾಜೆಟ್ಟು ಮಕ್ಕಳ ಕೈಗೆ ಬಂದ ಬಳಿಕ ಮನೆಯಲ್ಲಿರುವ ವೃದ್ಧರನ್ನು ಮಾತನಾಡುವವರಿಲ್ಲ, ಆದರಿಸುವವರಿಲ್ಲದಂತಾಗಿರುವುದು ಇತ್ತೀಚಿನ ಬೆಳವಣಿಗೆ. ಗಮನಿಸಿರಬಹುದು ನೀವು, ಎಲ್ಲ ಕುಟುಂಬಿಕರು ಸೇರುವ ಮದುವೆಯಂತಹಾ ಸಂಭ್ರಮಾಚರಣೆಯ ವೇಳೆ ಈ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಉಭಯ ಕುಶಲೋಪರಿ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿದೆ. ಚಾಟಿಂಗ್ ಮತ್ತು ಗೇಮಿಂಗ್ ಜಾಸ್ತಿಯಾಗಿದೆ. ಒಂದೆರಡು ಅಕ್ಷರ ಟೈಪ್ ಮಾಡಿದ ತಕ್ಷಣ ಮುಂದಿನ ಅಕ್ಷರಗಳೊಂದಿಗೆ ಊಹಾತ್ಮಕ ಪದಗಳನ್ನು ಸ್ಕ್ರೀನ್ ಮೇಲೆ ತೋರಿಸಬಲ್ಲ ಸ್ಮಾರ್ಟ್ ಫೋನ್ ಇರುವಾಗ ನಮ್ಮ ನೈಜ ಜಾಣ್ಮೆಯನ್ನು ಈ ಕೃತಕ ಬುದ್ಧಿಮತ್ತೆ (Artificial Intelligence) ವ್ಯಾಪಿಸಿಕೊಂಡುಬಿಟ್ಟಿದೆ. ಟೈಪ್ ಮಾಡುವುದೂ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲದೆ, ಧ್ವನಿ ಮಾತ್ರದಿಂದಲೇ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ನಿಭಾಯಿಸುವ ಆರ್ಟಿಫಿಶಿಯಲ್ ಜಾಣ್ಮೆಯಿದೆ. ಕುಳಿತಲ್ಲೇ ಎಲ್ಲವೂ ಆಗುವುದರಿಂದ ಮೈ-ಕೈಗೆ ವ್ಯಾಯಾಮವಿಲ್ಲ, ಬುದ್ಧಿಗೆ ಕಸರತ್ತು ನೀಡುವ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ. ಜತೆಗೆ, ಎಲ್ಲ ಜ್ಞಾನವೂ ಇಂಟರ್ನೆಟ್ಟಲ್ಲೇ ಸಿಗುತ್ತದೆ, ನಾನೇಕೆ ಓದಬೇಕು ಎಂಬ ಧಿಮಾಕು ಬೆಳೆಯುತ್ತಿದೆ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ. ಆದರೆ ಇಂಟರ್ನೆಟ್ಟಲ್ಲಿರುವುದೆಲ್ಲವೂ ಸತ್ಯವಲ್ಲ ಎಂದು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ತಿಳಿಹೇಳಬೇಕಾದವರೇ 'ಮಕ್ಕಳಲ್ವೇ, ಮೊಬೈಲ್ ನೋಡಲಿ' ಎಂಬ ನಿರ್ಲಕ್ಷ್ಯ ಭಾವನೆ ತಳೆದುದರ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ನಾವಿಂದು ಕಾಣುತ್ತಿದ್ದೇವೆ.

ಪ್ರಾಣೋತ್ಕ್ರಮಣ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿದ್ದ ಅಜ್ಜಿಯನ್ನು ನೋಡಲು ವಿದೇಶದಿಂದ ಓಡಿಬಂದ ಮಕ್ಕಳು, ಮೊಮ್ಮಕ್ಕಳು, ಬಂಧುಗಳೆಲ್ಲರೂ... ತಮ್ಮ ತಮ್ಮ ಮೊಬೈಲ್ ಫೋನ್ ನೋಡುತ್ತಾ ಕುಳಿತಿರುವ ಚಿತ್ರವೊಂದು ಕೆಲ ಸಮಯಗಳ ಹಿಂದೆ ಸೋಷಿಯಲ್ ಮೀಡಿಯಾದಲ್ಲಿ ಹರಿದಾಡಿತ್ತು. ನಾವೂ ನಕ್ಕು ಫಾರ್ವರ್ಡ್ ಮಾಡಿದ್ದೆವು. ಆದರೆ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಆ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ತಲುಪಿಯೇ ಬಿಟ್ಟಿತಲ್ಲ! ದಶಕದ ಹಿಂದೆ, ಹಿರಿಯರೆದುರು ಮೊಬೈಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಮಾತನಾಡುವುದು ಅಶಿಸ್ತು ಎಂದು ಭಾವಿಸಲಾಗುತ್ತಿತ್ತು, ಈಗ ಜಗತ್ತೇ ಬದಲಾಗಿದೆ, ಮೊಬೈಲೇ ಪ್ರತಿಷ್ಠೆಯ ಸಂಕೇತವಾಗಿದೆ.  
ಇದು ನಮ್ಮ ಸ್ಮಾರ್ಟ್‌ನೆಸ್ ಅನ್ನು ಕಿತ್ತುಕೊಂಡು ತಾನು ದೈತ್ಯನಂತೆ ಬೆಳೆಯುತ್ತಿರುವ ಸ್ಮಾರ್ಟ್‌ಫೋನ್‌ಗಳ ವ್ಯಸನದ ಕಥೆ!  
  
**ಮನ ಕೆರಳಿಸುವ ಡಿಜಿಟಲ್ ಆಟ**  
ಹಿಂಸಾಚಾರ ಪ್ರಚೋದಿಸುವ ಗೇಮ್‌ಗಳನ್ನಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ, ಬ್ಲೂವೇಲ್ ಚಾಲೆಂಜ್, ಮೊಮೋ ಚಾಲೆಂಜ್, ಕಿಕೀ ಡ್ಯಾನ್ಸ್ ಎಂಬ ಅಪಾಯಕಾರಿ ಸವಾಲುಗಳು ಫೋನ್ ಮೂಲಕವೇ ಹರಡುತ್ತಿವೆ, ಜತೆಗೆ ಸೈಬರ್ ಬುಲ್ಲಿಯಿಂಗ್‌ನಿಂದಾಗಿ ಶಾಲಾ ಮಕ್ಕಳು ಕೆಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಅವರಿಗೆ ಓದು ನಗಣ್ಯವಾಗಿದೆ. ಉಳ್ಳವರು ತಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಸ್ಮಾರ್ಟ್ ಫೋನ್ ಕೊಡಿಸುವಾಗ, ಇನ್ನೂ ಬುದ್ಧಿ ಅರಿಯದ ಉಳಿದ ಮಕ್ಕಳು ಕೇಳದೇ ಬಿಡುತ್ತಾರೆಯೇ? ಮೊಬೈಲ್ ಅತಿಯಾದ ಬಳಕೆಗೆ ಗದರಿದ್ದಕ್ಕೆ ಮನೆ ಬಿಟ್ಟು ಹೋದ, ಅಪ್ಪ-ಅಮ್ಮನ ಮೇಲೆಯೇ ಕೈ ಮಾಡಿದ, ಮೊಬೈಲ್ ಕಿತ್ತುಕೊಂಡಿದ್ದಕ್ಕೆ ಆತ್ಮಹತ್ಯೆಯನ್ನೇ ಮಾಡಿಕೊಂಡ ಉದಾಹರಣೆಗಳು ಕಣ್ಣ ಮುಂದಿವೆ. ಭವ್ಯ ಭವಿಷ್ಯಕ್ಕೆ ನಾಂದಿ ಹಾಡುವ, ಉತ್ತಮ ಪ್ರಜೆಗಳಾಗಲು ರೂಪಿಸುವ, ಆರೋಗ್ಯವಂತ ಸಮಾಜವನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸುವ ಆಟ-ಪಾಠಗಳತ್ತ ಗಮನಹರಿಸಬೇಕಾಗಿರುವ ಮಕ್ಕಳಿಂದು, ಚಾಟಿಂಗ್, ಗೇಮಿಂಗ್ ದಾಸರಾಗುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಮತ್ತೆ ಕೆಲವರಿಗೆ ಪಾರ್ನ್ ಸೈಟುಗಳು, ಮೂವೀ ಸೈಟುಗಳು ಸಂಗಾತಿಗಳಾಗಿವೆ.

ಗೇಮ್ಸ್ ಗೀಳಿನಿಂದಾಗಿ ಮಕ್ಕಳ ಸಹಾಯವಾಣಿಗೆ (1098) ದಿನಕ್ಕೆ ಹತ್ತಾರು ಕರೆಗಳು ಬರುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತವೆ ಎಂದರೆ, ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಮತ್ತಷ್ಟು ಕೈಮೀರುವ ಮುನ್ನ ಪೋಷಕರು ಎಚ್ಚೆತ್ತುಕೊಳ್ಳಲೇಬೇಕಾಗಿರುವುದು ಸ್ಪಷ್ಟ. ಹಿಡಿ, ಕಡಿ, ಕೊಚ್ಚು, ಕೊಲ್ಲು, ನಾಶಪಡಿಸು, ಶೂಟ್ ಮಾಡು, ಸಾಯಿಸು ಎಂಬ ಕಮಾಂಡ್‌ಗಳೇ ಮೊಬೈಲ್ ಗೇಮ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿರುವುದು ಕೂಡ ಎಳೆಯ ಪ್ರಾಯದಲ್ಲೇ ಮಕ್ಕಳು ಹಿಂಸಾಪ್ರವೃತ್ತಿಗೆ ಇಳಿಯುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ ಎಂಬುದರಲ್ಲಿ ಎರಡು ಮಾತಿಲ್ಲ.  
**ರಾಜ್ಯದಲ್ಲೂ ಕಾನೂನಿನ ನಿರೀಕ್ಷೆ**  
ತಿಂಗಳ ಹಿಂದೆ ನಮ್ಮ ರಾಜ್ಯದ ಖಾಸಗಿ ಶಾಲಾ ಆಡಳಿತ ಮಂಡಳಿಗಳ ಒಕ್ಕೂಟವು ಸರಕಾರದ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಮತ್ತು ಪ್ರೌಢ ಶಿಕ್ಷಣ ಇಲಾಖೆಯ ಪ್ರಧಾನ ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿ ಶಾಲಿನಿ ರಜನೀಶ್ ಅವರ ಮೊರೆ ಹೋಗಿ, ಮಕ್ಕಳ [ಮೊಬೈಲ್ ವ್ಯಸನ](https://vijaykarnataka.com/topics/%E0%B2%AE%E0%B3%8A%E0%B2%AC%E0%B3%88%E0%B2%B2%E0%B3%8D-%E0%B2%B5%E0%B3%8D%E0%B2%AF%E0%B2%B8%E0%B2%A8" \t "_blank) ತಡೆಯಲು ಕಟ್ಟು ನಿಟ್ಟಿನ ನಿಯಮ ರೂಪಿಸಿ ಅಂತ ಅಲವತ್ತುಕೊಂಡಿದ್ದು, ಧನಾತ್ಮಕ ಬೆಳವಣಿಗೆ. ತಕ್ಷಣ ಕಾರ್ಯಪ್ರವೃತ್ತರಾದ ಶಾಲಿನಿ ರಜನೀಶ್, ರಾಜ್ಯದ ಪೊಲೀಸ್ ಇಲಾಖೆ, ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣ ಇಲಾಖೆ ಮತ್ತು ಸೈಬರ್ ವಿಷಯ ತಜ್ಞರಿಗೆ ಪತ್ರ ಬರೆದು ಸಲಹೆಗಳನ್ನು ಕೇಳಿದ್ದು, ಈ ಸಲಹೆಗಳ ಆಧಾರದಲ್ಲಿ ಶೀಘ್ರವೇ ಕಾನೂನೊಂದು ರೂಪುಗೊಳ್ಳಲಿದೆ. ಇದು ರಾಜ್ಯ ಮಟ್ಟದ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಾದರೆ, ರಾಷ್ಟ್ರ ಮಟ್ಟದಲ್ಲೂ, ಸುಳ್ಳು ಸುದ್ದಿಗಳನ್ನು ಹರಡಲು ವೇದಿಕೆಯಾಗುವ ವಾಟ್ಸ್ಆ್ಯಪ್ ನಿಷೇಧಿಸುವ ಕುರಿತು ಈಗಾಗಲೇ ಕೇಂದ್ರ ಸರಕಾರವೂ ಕಟ್ಟು ನಿಟ್ಟಾಗಿ ಎಚ್ಚರಿಸಿದೆ.

**ತಪ್ಪು ನಮ್ಮದೇ**  
ಶಾಲಾ-ಕಾಲೇಜುಗಳಲ್ಲಿ ಸೈಲೆಂಟ್ ಮೋಡ್‌ನಲ್ಲೇ ಸದ್ದು ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಮೊಬೈಲ್ ಫೋನ್, ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಗೇಮಿಂಗ್ ವ್ಯಸನಕ್ಕೆ ಶಾಲಾ ಆಡಳಿತ ಮಂಡಳಿಗಳು ಪೋಷಕರನ್ನು ದೂರುತ್ತಿವೆ. ಮಕ್ಕಳ ಕೈಗೆ ಮೊಬೈಲ್ ಕೊಡುವುದು ಹೆತ್ತವರ ತಪ್ಪು, ಕಾನೂನಿನಲ್ಲಿ ಅವರನ್ನೇ ಹೊಣೆಯಾಗಿಸಬೇಕು ಎಂಬುದು ಅವರ ಅಭಿಮತ. ಈಗ ಸರಕಾರವು ಕಾನೂನು ರೂಪಿಸಿದರೆ, ಅಪ್ರಾಪ್ತ ವಯಸ್ಕ ಮಕ್ಕಳು ಜೋರಾಗಿ ವಾಹನ ಓಡಿಸಿ ಆಗುವ ಅಪಘಾತಕ್ಕೆಲ್ಲ ಹೆತ್ತವರ ಮೇಲೆಯೇ ಕೇಸು ಹಾಕುವಂತೆ, ಮಕ್ಕಳ ಕೈಯಲ್ಲಿ ಮೊಬೈಲ್ ಇದ್ದರೆ ಪೋಷಕರನ್ನೇ ಹೊಣೆಯಾಗಿಸುವ ಕಾನೂನು ಬರಲಿದೆ. ಈ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಆಶಾದಾಯಕವಾಗಿದೆಯಾದರೂ, ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಈ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ಹೋಗಬೇಕಿತ್ತೇ? ಯಾರು ಹೊಣೆ? ನಾವೇ ಅಲ್ಲವೇ? ಆಲೋಚಿಸಬೇಕಾದ ಸಂಗತಿ.

**ಮಾತೆತ್ತಿದರೆ ಮೊಬೈಲ್ ಹಿಡಿದುಕೊಂಡು ಅದರಲ್ಲೇ ಮುಳುಗಿ ಹೋಗುತ್ತಿರುವ ಮಕ್ಕಳ ಸಂಖ್ಯೆ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿದೆ. ಮಾಹಿತಿಯ ಮಹಾಪೂರ, ಆರ್ಟಿಫಿಶಿಯಲ್ ಇಂಟೆಲಿಜೆನ್ಸ್‌ನ ಜಾಣ್ಮೆಗೆ ಮಾರುಹೋಗುವ ಹೊತ್ತಿನಲ್ಲೇ ಬ್ಲೂವೇಲ್ ಕಾಟ, ಸೈಬರ್ ಬುಲ್ಲಿಯಿಂಗ್‌ನ ಅಪಾಯ, ಚಾಟ್, ಗೇಮ್ಸ್ಸ್ ಗುಂಗಿನಲ್ಲಿ ಕಳೆದುಹೋಗುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಳೆಯರು. ಇವರನ್ನು ಕಾಪಾಡಲೆಂದೇ ಅಭಿಯಾನವೂ ಶುರುವಾಗಿರುವ ಈ ಹೊತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಡಿಜಿಟಲ್ ಜಗತ್ತನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತ ಅಂತರದಲ್ಲಿಡುವ ಬಗ್ಗೆ ಎಚ್ಚರ ವಹಿಸಬೇಕಿದೆ.**

ಅವಿನಾಶ್ ಬಿ.

**ನೋಮೋಫೋಬಿಯಾ**  
ಮಕ್ಕಳು ಬೆಳಗ್ಗೆ ಎದ್ದಾಕ್ಷಣ ಮೊಬೈಲ್‌ಗಾಗಿ ತಡಕಾಡುತ್ತಾರೆಯೇ? ಆಚೀಚೆ ಹೋಗುತ್ತಿರಬೇಕಾದರೆ ಆಗಾಗ್ಗೆ ಮೊಬೈಲ್ ಫೋನ್ ಮೇಲೆ ಬೆರಳಾಡಿಸುತ್ತಾರೆಯೇ? ಓದಿನಲ್ಲಿ ಏಕಾಗ್ರತೆ ಇಲ್ಲವೇ? ನಿದ್ದೆ ಸರಿ ಬರುತ್ತಿಲ್ಲವೇ? ಮಾತು ಮಾತಿಗೂ ರೇಗುತ್ತಾರೆಯೇ? ಏಕಾಂತದಲ್ಲಿರಬೇಕೆಂದು ಬಯಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆಯೇ? ಒಮ್ಮೊಮ್ಮೆ ಚಾಟ್ ಸಂದೇಶಕ್ಕೆ ಉತ್ತರ ಬಂದಿಲ್ಲ ಎಂಬ ಕಾರಣಕ್ಕೆ ಖಿನ್ನತೆಗೀಡಾಗುತ್ತಿದ್ದಾರೆಯೇ? ದೈಹಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಲು ನಿರಾಸಕ್ತಿಯೇ? - ಇವು ಅತಿಯಾದ ಮೊಬೈಲ್ ಬಳಕೆಯ ಗೀಳು - ನೋಮೋಫೋಬಿಯಾ ಎಂಬ ಮಾನಸಿಕ ಅಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯದ ಚಿಹ್ನೆಗಳು.  
  
**ಏನು ಮಾಡಬೇಕಾಗಿದೆ?**

* ಮೊಬೈಲ್-ಮುಖಿ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಶಿಕ್ಷಣ-ಮುಖಿಗಳಾಗಿಸುವಲ್ಲಿ ಪೋಷಕರ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯಂತೂ ಹಿಂದೆಂದಿಗಿಂತ ನೂರು ಪಟ್ಟು ಹೆಚ್ಚಿದೆ.
* ಮೊದಲು ಮಾಡಬೇಕಾದ ಸಂಗತಿಯೆಂದರೆ, ತಾಯಿ ತಂದೆಯರು ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಮೊಬೈಲ್ ಬಳಕೆಯನ್ನು ಕೇವಲ ಕರೆಗಾಗಿ ಮಾತ್ರ ಸೀಮಿತಗೊಳಿಸುವುದು.
* ಮಕ್ಕಳ ಮುಂದೆಯಂತೂ ಮೊಬೈಲ್ ಬಳಕೆ ಕನಿಷ್ಠವಾಗಿರಲಿ. ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡುವುದು, ಅವರ ಆಟ ಪಾಠಗಳ ಮಾಹಿತಿ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಸೂಕ್ತ.
* ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಮೊಬೈಲ್ ಕೊಡಲೇಬಾರದೆಂದಲ್ಲ. ಆಧುನಿಕ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನದ ಬಳಕೆಯ ಅರಿವು ಅವರಿಗೂ ಇರಬೇಕು. ಓದು-ಬರಹ-ಆಟ ಇವೆಲ್ಲ ಆದ ಬಳಿಕ ಇಂತಿಷ್ಟು ಹೊತ್ತು ಎಂಬ ಸ್ವಯಂ ನಿಯಂತ್ರಣದ ಅರಿವು ಅವರಲ್ಲಿ ಮೂಡಿಸಬೇಕು.
* ಡಿಜಿಟಲ್ ಜಗತ್ತಿನ ಪ್ರಯೋಜನದ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿಹೇಳಬೇಕು; ಜತೆಗೆ ಅದನ್ನು ತಪ್ಪಾಗಿ ಬಳಸುವುದರಿಂದಾಗುವ ಅನಾಹುತಗಳ ಕುರಿತಾಗಿಯೂ ಹೆಚ್ಚು ಒತ್ತು ಕೊಡಬೇಕು.
* ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಬಳಸುವಾಗಿನ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯನ್ನೂ ವಿಶದಪಡಿಸಬೇಕು. ಭ್ರಾಮಕ ಜಗತ್ತಿಗಿಂತ ಹೊರ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಆನಂದಿಸಲು ಸಾಕಷ್ಟಿವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಅವರ ಅರಿವಿಗೆ ತರಬೇಕು.
* ಇವೆಲ್ಲಕ್ಕೆ ಪೂರಕವಾಗಿ ಮಕ್ಕಳ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಕಥೆಗಳು, ಸಂಗೀತ, ಚಿತ್ರಕಲೆ, ನಾಟಕ, ಯಕ್ಷಗಾನವೇ ಮೊದಲಾಗಿ, ಮನಸ್ಸು ಪ್ರಫುಲ್ಲಗೊಳಿಸುವ ಹವ್ಯಾಸಗಳತ್ತ ತಿರುಗಿಸಬೇಕು.
* ನಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಕೊಡುವ ಮೊಬೈಲ್, ಮತ್ತೊಂದು ಮಗುವಿನಲ್ಲಿ ಅದೇ ಬೇಡಿಕೆಗೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು ಮತ್ತು ಇದೊಂದು ಚೈನ್ ರಿಯಾಕ್ಷನ್ ಮೂಲಕ ಬಾಲ ಸಮುದಾಯದ ಬಾಳು ಹಾಳು ಮಾಡಬಲ್ಲುದು ಎಂಬ ಅರಿವು ಇರಬೇಕು.
* ಮೊಬೈಲ್ ಫೋನ್ ಬಳಕೆ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿ, ಸ್ನೇಹಿತರು, ಕುಟುಂಬಿಕರ ಜತೆ ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯ ಕಳೆಯೋಣ.

..

**ಸ್ಕ್ರೀನ್ ಟೈಮ್**  
ಆ್ಯಪಲ್ ಕಂಪನಿ ಶೇರುದಾರರು ಕಳೆದ ಜನವರಿ ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ, ಮಕ್ಕಳ ಮೊಬೈಲ್ ವ್ಯಸನಕ್ಕೆ ಏನಾದರೂ ಮಾಡಿ ಅಂತ ಕಂಪನಿಗೆ ಮನವಿ ಸಲ್ಲಿಸಿದ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ, ಅದರ ಫೋನ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಈಗ 'ಸ್ಕ್ರೀನ್ ಟೈಮ್' ಎಂಬೊಂದು ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯ (ಐಒಎಸ್ 12ರಲ್ಲಿ) ಬಂದಿದೆ. ಇದು ತಂತ್ರಜ್ಞಾನ ಕಂಪನಿಗಳೂ ಎಚ್ಚೆತ್ತುಕೊಂಡ ಮುನ್ಸೂಚನೆ.  
  
ಹೊಣೆಯರಿತು ಎಚ್ಚೆತ್ತುಗೊಳ್ಳದಿದ್ದರೆ, ಮದ್ಯ ವ್ಯಸನ ಮುಕ್ತ ದಿನ, ತಂಬಾಕು ವಿರೋಧಿ ದಿನ, ಆ ದಿನ, ಈ ದಿನ ಅಂತೆಲ್ಲ ಇರುವಾಗ, ಮೊಬೈಲ್ ಮುಕ್ತ ದಿನ ಎಂದು ಮುಂದೊಂದು ದಿನ ಬಂದರೂ ಆಶ್ಚರ್ಯವಿಲ್ಲ. ಜಲ ಮಾಲಿನ್ಯ, ವಾಯು ಮಾಲಿನ್ಯ, ಶಬ್ಧ ಮಾಲಿನ್ಯದ ಸಾಲಿಗೆ ಈಗ ಡಿಜಿಟಲ್ ಮಾಲಿನ್ಯ ನಿವಾರಣೆಯಾಗಬೇಕಿದೆ, ಮಿತವಾಗಿ ಬಳಸಿದರೆ ಹಿತ.