

## મોબાઈલ બાળકના વિકાસનું કરણ કે મરણ

ડૉ. નીલેશ પંડ્યા

Received : 13-07-2020

Published Online : Sept.-2020

Accepted : 23-07-2020

આ એકવીસમી સદી છે કે એક વીસમી સદી? ટેકનોલોજી, વિજ્ઞાન અને માહિતીસંચાર ક્ષેત્રે ક્રાંતિ સર્જાઈ એ સદી ખરેખર વસમી બનતી જાય છે. મારા પર એક એસ.એમ.એસ આવ્યો હતો, “પહેલા સુઈ જવા માટે આંખો બંધ કરવી પડતી હતી. હવે વોટ્સએપ બંધ કરવું પડે છે.” આ વિકાસ છે કે વિનાશ? મોબાઈલ-જે એક સમયે ગળામાં લટકાવાતો અને આભૂષણ લાગતો - એ દિવસે દિવસે દૂષણ બનતો જાય છે. સમગ્ર માનવજાતની માનસિક પ્રતિભાનો પરિચય આપતી આ માહિતી ક્રાંતિ તેની જ પ્રતિભાનો ધ્વંસ કરવાની તાકાત ધરાવે છે, મોબાઈલ એ મનુષ્ય અસીમ શક્તિનો બોધ કરાવે છે તેની સાથી તેની જ શક્તિને ક્ષીણ કરી શકે તેવી મહાઘાતક શોધ પણ છે. અને એમાંય ઈન્ટરનેટનો ઉપયોગ મોબાઈલ પર શરૂ થયા પછી પરિસ્થિતિ વધારે વણસી છે. આટલી ચર્ચા પરથી એટલું સ્પષ્ટ થાય છે કે મોબાઈલ કે અન્ય કોઈપણ ટેકનોલોજી સ્વયં કોઈ પરિણામ આપી શકતી નથી, પરંતુ આપણે તેનું શું અને કેવો ઉપયોગ કરીએ છીએ તેના આધારે પરિણામ નક્કી થાય છે, આમ ટેકનોલોજી નીતિનિરપેક્ષ છે.

બાળકો માટે આજે સૌથી સામાન્ય ‘રમકડું’ મોબાઈલ બની ગયું છે અને અન્ય રમકડાં હવે એની તુલનામાં નિસ્તેજ અને વામણાં લાગવા માડ્યાં છે. આ નવા રમકડાંની વિશેષતા એ છે કે એ બાળક, દાદા-દાદી અને માતાપિતા સૌને સરખું જ પ્રિય છે. આથી મોબાઈલ બાળકના વિકાસ માટેનું ‘કરણ’ (સાધન) છે કે મરણ એનો વિચાર કરવાની તાતી જરૂરિયાત છે.

આ ઉપકરણ આજકાલ કોલ કરવા સિવાય લગભગ દરેક વસ્તુ માટે વપરાય છે. સાચું કહીએ તો કોલ કરવા કરતા બીજી બધી બાબતો માટે જ વધારે વપરાય છે. મોબાઈલનો ઉપયોગ ‘રમકડાં’ તરીકે કરવો એ ખરેખર નાના બાળકોમાં સતત વૃદ્ધિ પામતા મગજના કોષોને અત્યંત નુકશાનકારક છે.

બાળકો અને યુવાનો મોબાઈલનો અતિ ઉપયોગ કરે છે. એના દૂષણો એ વિષે અનેક ચર્ચાઓ પણ થઈ શકે છે. ઓછામાં વધુ હવે વૃદ્ધોના નિવૃત્તિકાળની પ્રવૃત્તિ બની ગયો છે આ મોબાઈલ. પરંતુ આજના બાળકો પણ આ વમળમાં ફસાતા જાય છે એ મુદ્દા પ્રત્યે આપણે ઉપેક્ષા સેવી રહ્યા છીએ. આ પણ સમસ્યા આમ સામાન્ય જણાય છે, પરંતુ તેની ભયાનકતા ધાર્યા કરતા વિશેષ છે. જે પેઢી આ ટેકનોલોજીના આ યુગમાં ઉછરી રહી છે, તે અત્યાર સુધીની પેઢીએ પોતાના સમગ્ર જીવનમાં નથી મેળવ્યા અનુભવો ઘણી વહેલી ઉંમરે આ પેઢી પોતાના સોફા પર બેસીને મેળવી રહી છે. ઘણાં માતાપિતા દલીલ કરે છે કે અમે અમારા બાળકોને મોબાઈલ અપાવતા જ નથી. તો પ્રશ્ન ત્યાં ઉદ્ભવે છે કે તો પણ બાળકો મોબાઈલનો ઉપયોગ કેવી રીતે કરે છે? વાલીઓના મોબાઈલમાં ગીતો સાંભળવા, ગેમ રમવી, એસ.એમ.એસ. વાંચવા, વીડિઓ જવા, વેબસાઈટો જોવી વગેરે પ્રવૃત્તિઓ બાળકો છૂટથી કરે છે. કેટલીક મોડર્ન મમ્મીઓને તો ગૌરવથી કહેતા સાંભળી છે, મારા મોબાઈલમાં મને નથી ખબર એટલી મારા દીકરાને ખબર છે ! અથવા તો “મોબાઈલ ભલે મારો છે પણ હોય તો એના જ હાથમાં, એને એમાં બધું આવડે.” આવું કહેવું એ ગૌરવનો વિષય છે કે કેમ તેનો વિચાર કરવો રહ્યો.

ઘણા જાગૃત વાલીઓ બાળકોને મોબાઈલ અને વીડિઓ ગેમથી સદંતર દૂર રાખવાનો સુંદર પ્રયાસ કરે છે પણ તેમ છતાં બાળકોની આજુ-બાજુનું પર્યાવરણ તેમને મોબાઈલ સુધી પહોંચાડી જ દે છે. સાંભળો એક નવ વર્ષની દીકરીનો ડાયલોગ. “આંટી, અમે બધી ફેન્ડસ સાથે મળીને મારી એક ફેન્ડની મમ્મીના મોબાઈલમાં ગેમ પણ રમીએ અને વીડિઓ-ક્લિપિંગ પણ જઈએ.” બસ, માતાપિતાના બાળકોને મોબાઈલથી દૂર રાખવાના પ્રયત્નો તો નિષ્ફળ જ રહ્યા ને? ઘણાં વાલી એવું પૂછે છે કે બાળક મોબાઈલ વાપરે કે વીડિઓ ગેઈમ રમે એમાં શું વાંધો? એ માતાપિતાને મારે એમ પૂછવું છે કે એમ કરવાથી શું ફાયદા? વાલીઓની એવી પણ દલીલી હોય છે કે વીડિઓગેઈમથી બાળકની નિર્ણયશક્તિ અને વિચારશક્તિ વિકસે છે. બાળકની બુદ્ધિને ઉત્તેજ એવી ગેઈમ પણ રમાડી શકાય ને? કદાચ એ સાચું હોય તો પણ એની સામે બાળકો શું ગુમાવે છે એન વિચાર કર્યો છે ખરો !

આ અંગે આપણે આપણાં જીવનવ્યવહાર પ્રત્યે સભાનતા કેળવીને તેનું સતત મૂલ્યાંકન કરતા રહેવું પડશે. ચાલ ક્રમશઃ થોડા મુદ્દા વિચાર કરીએ. ચાલો, મોટાભાગના ઘરોમાં જોવા મળતું દૃશ્ય જોઈએ.

મમ્મી ઘરના કામ પૂરાં કરીને બાકીના સમયમાં ટી.વી. સિરીયલ અને રસોઈ શો જુએ અને ફેસબુક અને વોટ્સએપમાં ચેટ કરે, પપ્પા નોકરી-ઘંઘામાં વ્યસ્ત હોય અને ઘરે આવીને થાક્યા પાક્યા પોતાના મોબાઈલમાં વોટ્સએપ ખોલીને જરા હળવા થાય. બાળકો શાળાએથી આવ્યા પછી ટી.વી., મોબાઈલ અને વીડિઓગેઈમમાં, છ વર્ષથી નાના બાળકોનો શાળાએ જવાનો સમય બચે છે જે તેઓ મોબાઈલ માટે ખર્ચી શકે છે. પરિવારોનું આ સામાન્ય દૃશ્ય હોય છે. શું મોબાઈલ બાળક માટે રમત કે રમકડાંનો વિકલ્પ બની શકે? આના આધારે ઉભા થતા કેટલાંક પારિવારિક અને બાળઉછેર અંગેના મુદ્દા પર વિચાર કરીએ.

૧. જ્યારે બાળકને પરિવાર સાથે રહેવાનો સમય હોય છે તે ક્વોલિટી સમય ટી.વી. કે મોબાઈલ ખાઈ જાય છે. બાળક અને પરિવારના સભ્યો સાથેની આંતરક્રિયા સીમિત બની જાય છે. પતિ પત્ની વચ્ચે થતી આંતરક્રિયામાં ઉણપ આવે છે જે અંતે પારિવારિક જોડાણ નબળું પાડે છે. આ સ્થિતિમાં બાળમાનસમાં કુટુંબભાવના કેવી રીતે વિકસી શકે? બાળક જ્યારે મોટેરાં સાથે રમે છે ત્યારે તેમની રમતનો સ્તર ઉચું આવે છે. માતાપિતા બાળક સાથે જોડાય છે. જોડાણ એ નિયંત્રણ કરવા કરતા વધારે અસરકારક છે. આદેશ અને અંકુશમાં બાળકો તેમના માતાપિતાના મનમાં રહેલા આદેશો અથવા એજન્ડાને અનુસરે જ્યારે આવી સામાજિક રમતોમાં તેનાથી ઊલટું થાય છે.
૨. બાળકના જ્ઞાન, લાગણી અને ક્રિયાત્મક અનુભવો માટેનો ઉત્તમ સમયગાળો બાલ્યાવસ્થા છે. જ્યારે પોતાના માતાપિતા પાસેથી વાર્તા, કવિતા કે ચિત્રકામ કરે છે જેમાં તેની કલ્પનાશક્તિનો વિકાસ થાય છે. મોબાઈલમાં કાર્ટૂન કે ફિલ્મો જોવાથી એની સર્જનાત્મકતાને બહાર આવવાની તક મળતી નથી. બાળકની અનન્યતાને યોગ્ય ઉઘાડ મળી શકતો નથી.
૩. બાળક કલાકો સુધી ટી.વી. અથવા મોબાઈલ સામે બેસી રહે છે, જેનાથી તેની શારીરિક ક્રિયાઓ અત્યંત મર્યાદિત બને છે. બાળક નાનપણથી જ બેઠાડુ જીવન જીવે છે. સ્વાશ્રયનો તદ્દન અભાવ રહે છે. મહાનગરોમાં બાળકો સોસાયટી કે શેરીમાં રમવાનું પણ છોડતા જાય છે. મોટી ઉંમરે જીવનશૈલી સંબંધી રોગો થવાનું જોખમ વધી જાય છે.

૪. બીજો વિચારણીય મુદ્દો એ છે કે ટી.વી. કે મોબાઇલમાં વાર્તા, ફિલ્મો જોવા-સાંભળવાથી તેની કલ્પનાશક્તિ કે ભાષાશક્તિનો વિકાસ થાય ખરો? તેનું સંશોધન આધારિત ઉત્તર એ છે ના. બાળકને જ્યારે માતાપિતા વાર્તા કહે છે તેની સાથે અનેક પ્રકારના માનવીય આંતરક્રિયાનાં તત્ત્વો ઉમેરાય છે. માતાપિતા સાથેનો ભાવનાત્મક સંબંધ મજબૂત બને છે. બાળકની જિજ્ઞાસાના દ્વાર ખૂલે છે. બીજું, બાળકના ભાષાવિકાસ માટે પણ આ પ્રકારની વાતચીત અગત્યની બને છે. સામાજિક અધ્યયન-અભિગમ પણ એ વાતનું સમર્થન કરે છે કે બાળક એકપક્ષીય શ્રવણના આધારે ભાષા શીખી શકતાં નથી, તેના બદલે બાળક જેટલી વાતચીત કરે છે તેના આધારે જ તેની ભાષા વધારે સારી વિકસે છે. રમત કે રમકડાં દ્વારા ભાષાવિકાસનું અગત્યનું કાર્ય સિદ્ધ થતું હોય છે. મોબાઇલ બાળક સાથે આ પ્રકારની ભાષાકીય આંતરક્રિયા કરવા અસમર્થ છે.
૫. ટી.વી. અને મોબાઇલ રજૂ થતી સામગ્રીમાં ઘણું બધું વૈવિધ્ય હોય છે. જેના પર આપણો કોઈ અંકુશ હોતો નથી. બાળકને ક્યારે શું જોવું અને શું ન જોવું તેનો વિવેક આપણે રાખી શકતા નથી. કેટલીક વાર એવું પણ બને કે બાળકની ઉંમરને અનુચિત વિષયવસ્તુ બાળક જાણે અજાણે જુએ છે, જેની પરોક્ષ અસરો એના માનસપટ પર થાય જ છે જેની સીધી જાણકારી આપણને અત્યારે ખબર પડતી નથી.
૬. વિદેશની સંસ્કૃતિ અને પરિવેશને અનુકૂળ તૈયાર થયેલા ધારાવાહિક અથવા કાર્ટૂન જોવાના કારણે બાળકને માત્ર ઉપરછલ્લું મનોરંજન મળી રહે છે પણ તેને માનસિક પોષણ મળતું નથી. તેના બદલે પોતાની ભાષા અને સમાજ-સંસ્કૃતિથી તરબોળ એવી વાર્તાઓનો ભંડારથી બાળક સાવ અપરિચિત જ રહી જાય છે. આપણાં બકોર પટેલ અને ગિજુભાઈ બધેકા જેવાં શિક્ષણ અને સાહિત્યકારોને આ બાળકો ક્યારે ઓળખશે? તેમને “રામાયણ” અને “મહાભારત”ની વાર્તાઓ કોણ કહેશે? નરસિંહ-મીરાંનાં ભજનોને આ બાળકો ક્યારે સાંભળશે? આપણી સંસ્કૃતિથી બાળકો તેવી રીતે પરિચિત થશે?
૭. શું આપણે આપણાં બાળકોને રમકડાં તરીકે જ મોબાઇલ આપીએ છીએ તે તેને આળસુ કે આશ્રિત બનાવે છે કે સ્વતંત્ર તે વિચારી જુઓ.
૮. સર્વાંગી વિકાસ : મોબાઇલ બાળકની જ્ઞાનાત્મક, ભાવાત્મક અને ક્રિયાત્મક એમ ત્રિવિધ શક્તિઓ વિકસાવવામાં સહાયક, પૂરક, કે અવરોધક બને છે તે વિચારીએ.
૯. સંબંધો : બાળક જ્યારે રમત રમે છે કે રમકડાં સાથે રમે છે ત્યારે તે જીવનના મૂળભૂત નિયમો અને સિદ્ધાંતોને અનુસરે છે. બાળકો એકમેકને આ નિયમોમાં બાંધે છે અથવા પોતે બંધાય છે જેનાથી તેમનામાં સંબંધો માટે આવશ્યક એવું સ્વનિયમનો ભાવ કેળવાય છે.
૧૦. મનોસ્વાસ્થ્ય : રમકડાં એક રીતે બાળક માટે સાંવેગિક સલામતીનું પણ કારણ બને છે. જે કોઈ સાધન કે રમકડું જો બાળકમાં અનિશ્ચિતતા કે ઊભો કરે તો તે તેના માનસિક સ્વાસ્થ્યને હાનિ કરી શકે છે.
૧૧. પોતાનાપણાંનો ભાવ : બાળક જ્યારે મોબાઇલનો ઉપયોગ કરે છે ત્યારે તેના મોટેરાંઓની સતત દેખરેખની આવશ્યકતા રહેતી હોય છે. જેના કારણે બાળકને તેનાં સાધન કે રમકડાં પ્રત્યે પોતિકાંપણાંનો ભાવ ક્યારેય ઊભો થતો નથી. પોતાની વસ્તુ માટે જે ભાવ હોવો જોઈએ એવો ભાવ બાળકમાં વિકાસી

શકતો નથી. આમ, મોબાઈલ એ ક્યારેય બાળકનું રમકડું બની શકતું જ નથી.

૧૨. સક્રિય સહભાગિતા : બાળક કોઈપણ રમતમાં અથવા રમકડાંના ઉપયોગમાં પોતાની સહભાગિતા થાય તેવું ઈચ્છે છે, આ તેની મનોવૈજ્ઞાનિક આવશ્યકતા પણ છે. કોઈપણ સાધન કે રમકડું પોતાની મેળે જ કાર્ય કરે તો તે કંટાળો, હતાશા અને હિંસા તરફ બાળકને દોરી જાય છે. માત્ર મોબાઈલની સ્વીચો અને દ્રશ્યોને જ ઉત્તેજનાની પ્રતિક્રિયા આપવી બાળકને પોતાની સહભાગિતાને ઉત્તેજવામાં ઉપયોગી બનશે નહીં.

૧૩. શોધખોળની વૃત્તિને ઉત્તેજન : બાળક જ્યારે કોઈપણ સાધન, રમત કે રમકડાં રમે છે, ત્યારે તેને તેમાંથી કંઈક નવું કરવાનું શોધવાનું, તેમાં ફેરફાર કરવાનો અથવા રમતને નવી દિશા તરફ દોરી જવાનો અવકાશ મળવો જોઈએ. આ પ્રકારની શોધખોળ કે ઉત્તેજના એ બાળકની શીખવાની ભાવના માટેનું અનિવાર્ય ઘટક છે.

આ બધી ચિંતાઓ કરનારા વાલીઓ પણ છેવટે તો એમ જ કહે છે કે જમાનો જ બદલાઈ ગયો છે. હવે આપણું જૂનું કશું ચાલવાનું નથી. વાત સાચી પણ છે, છતાં પ્રશ્ન એ છે કે જે અદ્યતન ટેકનોલોજી છે તેનો યોગ્ય ઉપયોગ થાય તે બાળકને સમજાવવાની જવાબદારી કોની? ઉત્તર સહજ સ્પષ્ટ છે, આપણે જ આ દાયિત્વ નિભાવવું પડશે. તેની સાથે સાથે સંયમિત ઉપયોગ દ્વારા મોબાઈલ અને માહિતી ટેકનોલોજીના સકારાત્મક પક્ષનો લાભ પણ લેવાનો છે.

એક દૃષ્ટાંત જોઈએ. મારી સાથે આ વિષય પર ચર્ચા થયા પછી અમારા એક મિત્રએ તેના દીકરા માટે કડક કાયદો બનાવ્યો. ‘ગમે તે થાય તારે મોબાઈલને હાથ નહીં અડાડવાનો.’ નિયમનું ચુસ્તપણે પાલન થવા લાગ્યું. વાલી ખુશ હતા પણ દીકરો ખુશ નહોતો. તેનું વર્તન બદલાતું ગયું અને એક દિવસ તેણે કહી દીધું, ‘તમે મારા મમ્મી-પપ્પા નથી. મારા બીજા મિત્રોના મા-બાપ તેમની સાથે આવું નથી કરતા.’ વાત સાચી પણ હતી. બાળક સાથે આવું વર્તન તો અયોગ્ય જ છે ને ! તો પછી રસ્તો શું? બાળકને મોબાઈલથી કેવી રીતે દૂર રાખવા? નીચે પ્રમાણેના કેટલાંક સૂચનો અમલમાં મૂકી શકાય તેવા છે તે જોઈએ.

૧. બાળકો સાથે નિયમિત રીતે થોડો સમય વિતાવો અને તે દરમિયાન સામાન્ય જીવનની, કુટુંબની, તેના અભ્યાસની, શાળાની, રમતોની, ઈતર પ્રવૃત્તિઓની વાતો કરો. બાળકો સાથેની વાતો દરમિયાન તેના રસના વિષયો જાણી લો-જેમ કે વાંચન, ચિત્રકામ, સંગીત, રમતગમત કે બીજું કંઈ પણ. બાળકને તેમના રસના વિષયમાં આગળ આવવાની પ્રેરણા આપો અને તક પણ આપો.
૨. રાત્રીના સમયે સુતા પહેલાં બાળકને પ્રેરણાદાયક અને ધાર્મિક પ્રસંગોને લગતી વાતો કહેવાની ટેવ પાડો.
૩. ગમે તેટલા કામની વચ્ચે પણ બાળક જ્યારે તેની સમસ્યા લઈને આવે ત્યારે તેને અવગણવાને બદલે રસપૂર્વક સાંભળો અને તેને એવો અનુભવ કરાવો કે એની દરેક વાત તમારી વાતો જેટલી જ મહત્વની છે.
૪. બાળકોના મિત્રોની અવર-જવર પર ધ્યાન રાખો અને સારા-નરસા મિત્રો વચ્ચે તેને ભેદ કરતા શીખવો.

૫. બાળકોની સામે મોબાઈલનો બિનજરૂરી ઉપયોગ કરવાનું આપણે ટાળવું જોઈએ. બાળકોને મોબાઈલમાં ગીતો સાંભળવા કે ગેમ રમવા દો - એ માટે મોબાઈલ તેના હાથમાં જરૂર આપો પણ તેનું પ્રમાણભાન રાખતા શીખવો. દૈનિક કેટલો સમય આપી શકાય તેના માટેનો સ્ક્રિન ટાઈમ નક્કી કરવો જોઈએ.
૬. વધુ અદ્યતન ટેકનોલોજી સાથેના મોબાઈલ વાપરવાનો આગ્રહ કે મોહ ન રાખો. જેટલી ટેકનોલોજી અદ્યતન એટલો તેના ઉપયોગની શક્યતાઓ વધારે અને બાળકને તેના પ્રત્યે વધારે આકર્ષણ થશે. આપણે પોતાના સ્ટેટસ સિમ્બોલ તરીકે મોબાઈલને રાખવાનો મોહ ટાળવા જેવો ખરો, અને મારું બાળક અમૂક તમુક કંપનીનો મોબાઈલ વાપરે છે એ એનાથી પણ મોટો સ્ટેટસ સંબંધી રોગ બની રહ્યો છે, જેનાથી બચવા જેવું છે.
૭. બાળકોને ઘરનાં નાના-મોટા કામ સોંપો જેથી તે જીવનના રોજબરોજનાં કાર્યો શીખતા થાય અને સમય પસાર કરવાના બહાને મોબાઈલના દૂષણથી દૂર રહે. બાળકો બહારથી રોજ નવું શું જાણી-શીખીને આવે છે તે પણ સમય કાઢીને જાણવું ખૂબ જરૂરી છે. બાળકોને શારીરિક વિકાસ થાય અને શારીરિક બાંધો મજબુત અને તેવી પ્રવૃત્તિઓમાં જોતરો. બાળકોના આચાર-વિચાર બદલવા માટે તમારા જીવન ક્રમમાં જરૂરી ફેરફાર લાવો.

આવા તો બીજા અનેક સૂચનો વિચારી શકાય અને અમલમાં લાવી શકાય. પ્રત્યેક બાળક પોતાની રીતે અલગ છે અને એટલે જે દરેક બાળકના વાણી-વર્તન અને વિચારો ઘડવાની પદ્ધતિઓ પણ અલગ જ રહેવાની. આપના બાળકના ગમા-અણગમા અને લાગણીઓને સમજીને યોગ્ય લાગે તે પદ્ધતિ અનુસરવી પડે. મોબાઈલ સંક્રમણના યુગમાં બાળકનો યોગ્ય ઉછેર મુશ્કેલ જરૂર છે પણ અશક્ય કશું જ નથી. તમારાં બાળકની અનન્યતાને ઓળખીને તેને પોષણ થાય તેવી માનવીય સ્પર્શ સાથેની પ્રવૃત્તિઓનો વિચાર કરવો જોઈએ. સૌથી વધારે પડકારજન્ય છે માતાપિતાનો ત્યાગ. કારણ કે જ્યારે આપણે જ ગોળ ખાતા હોઈએ તો બાળકને ગળ્યું ખાવાની મનાઈ કરવી કેટલું યોગ્ય બને? કેટલું સ્વીકાર્ય બની શકે? આથી માતાપિતાએ સ્માર્ટ ફોન વાપરવાના વળગણમાંથી શક્ય ત્વરાએ મુક્તિ મેળવી લઈને સાચા અર્થમાં સ્માર્ટ માતાપિતા બનવાના શ્રીગણેશ કરવા માટેનું શ્રેષ્ઠ મુહુર્ત કરવું જ રહ્યું. ઈતિ શુભમ.