

मोकळे व्हा

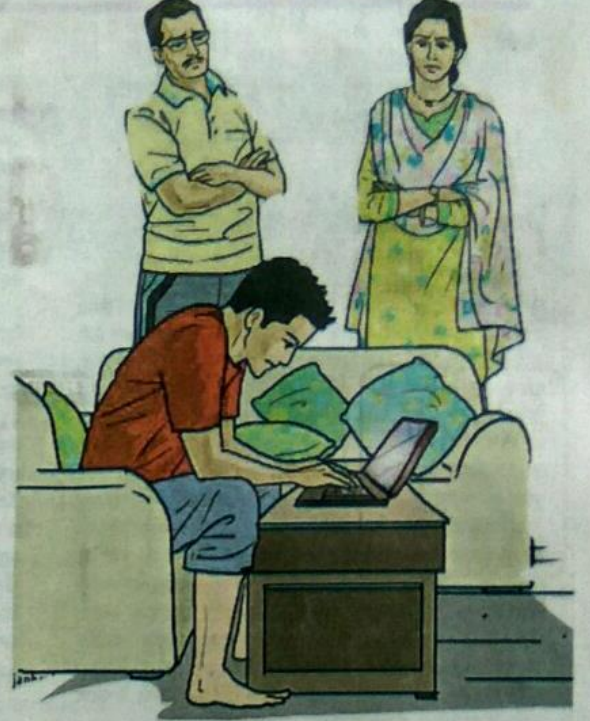
तंत्रज्ञान आणि आजची पिढी

तंत्रज्ञान हे वाईट नाही;
पण त्याचा योग्य तो
आणि योग्य पद्धतीने
वापर केल्यास आणि
मुलांना करावयास
शिकवल्यास ते वरदानच
आहे. त्यासाठी काही
उपाय पालक करू
शकतात.



जुस्ट
फॉर यू

सीमा जठार



साधारण ३५ ते ४० वर्षांच्या बाई माझ्यासमोर बसल्या होत्या. अतिसय त्रस्त, हतार झालेल्या. थोड्या वेळाने त्या बोलू लागल्या, "माझा मुलगा १४ वर्षांचा आहे. अभ्यासात ह्यार; पण सारखा चिडचिड करत असतो, उल्ट उतर देतो, उडटपणे बोलतो. आमच्याबरोबर तो कोठेही बाहेर येत नाही. अभ्यासही करत नाही. शाळेतून तक्रारी येतात. सतत संगणकावर गेम खेळत असतो किंवा मोबाईलवर मैत्रीणीशी व्हॉट्सअॅपवर चॅट करतो. त्याला ओरडल्यावर तो आरडाओरड करून चिडतो. आता तर त्याचे दहावीचे वर्ष, महत्त्वाचे वर्ष; पण हा मुलगा अभ्यासच करत नाही."

फक्त संपर्क करण्याचे तंत्रज्ञान म्हणून धरामध्ये पोचलेला फोन गेल्या सहा-सात वर्षांमध्ये टचस्क्रीन, इंटरनेट याद्वारे स्मार्टफोन बनून घराघरांमध्ये वेगळ्याच करामती करायला लागला आहे. स्मार्टफोन नावाची ही वस्तू घराघरात घुसून घराचे घरपण नष्ट करायला लागली आहे;

पण काय गंमत आहे पाह, मुलं सतत स्मार्ट फोनचा वापर करतात म्हणून तक्रार करणाऱ्या पालकांकडूनच कळत नकळत मुलांच्या लहानपणी याची ओळख मुलांना करून दिली जाते. गाणी ऐकण्यासाठी, चित्र पाहण्यासाठी मोबाईल मुलांच्या हातात दिला जातो. हळूहळू ते मुलही गाणी शोधून लावायला लागते, तेव्हा पालकांना काय म्हणून आनंद होतो की छोट्यासा आमचा बाबू, पण त्याला मोबाईल वापरता येतो बरं, त्याला हवं असलेलं गाणं तो बरोबर शोधून लावतो. तेव्हा आपण हे जे काही करतो आहोत त्याचा आपल्या आई-वडिलांना

आनंद होतोय, अभिमान वाटतोय असं शिककामोर्तब मुलांच्या मनात होतं. त्यानंतर मुलांचे जेवण आणि त्याची झोप हीमुद्धा आई-वडोळ, आजी-आजोबा यांच्यासाठी चिंतेचाच विषय असतो. त्यामुळे त्या वेळीही हा मोबाईल त्यांच्यासाठी एक वरदानच ठरतो. समोर फोनवर गाणी आणि व्हिडिओ लावले की त्याच्याकडे एकटक बघत मूल पानात वाढलेली प्रत्येक गोष्ट अगदी सहजपणे संपवतात. पुन्हा एकदा आपल्या पाल्याच्या शारीरिक विकासासाठी हवा असलेला पोषक आहार त्याच्या पोटात जात आहे, याचे समाधान या मंडळांना मिळते. झोपतानामुद्धा आद्री म्हटलेले अंगाईगीत मग तिचा आवाज कसा का असेना, पण आईचा स्पर्श आणि शब्द कानावर पडणे हे या पिढीच्या नशिवात नाही. त्याही वेळी मोबाईलवर असलेली गीते मुलांच्या कानी पडत त्यांना झोप लागते. हळूहळू ही मुले मोठी होऊन त्याच मोबाईलवर गेम खेळू लागतात. जे गेम बघून आपल्याला काय आणि कसं खेळायचं, हे कळतंच नाही आणि सुधारतही नाही, असे फास्ट गेम मुलं सहजपणे खेळतात. त्यावर त्यांची मासटोरी होते. जी गोष्ट आपल्यालाही जमत नाही; पण आपल्या छोट्या मुलांला येते हे बघून पालकांचा ऊर भरून येतो. मग हळूहळू या मुलांना मोबाईलची मर्याद लागते. आणि कळतंवरने त्यांचे व्यसनमध्ये रूपांतर होते. स्क्रीन असलेल्या आणि सतत हलत्या वस्तूच मुलांना आवडू लागतात. स्थिर गोष्टींवर लक्ष केंद्रित करणे त्यांना जमेनासे होते. मोबाईल आणि इंटरनेटच्या व्हर्चुअल विस्वात वावरताना खऱ्याखऱ्या माणसांत रमणे त्यांना जमेनासे होतं, कंटाळवाणे वाटायला लागते. निरर्गात रमणे, ट्रेकिंगला जाणे,

संवाद हरवल्यामुळे अनेक माणसं एकाकी झाली आहेत. आपापले प्रश्न घेऊन संघर्ष करीत आहेत. मन मोकळं करण्यासाठी कित्येकांना कुठं जगाच राहिलेली नाही. अशासाठी या पानावर मात्र नक्की जगा आहे. तुमचे कौटुंबिक, वैयक्तिक प्रश्न विचारा, प्रश्नांच्या गुंत्यातून बाहेर कसे पडलात तेही इतरांपर्यंत पोचवा. मनाला उभारी देणारं आशादायक लिहा. हे पान तुमचं आहे.



संपर्क : 'सकाळ' कार्यालय, ५१५, बुधवार पेठ, पुणे ४११ ००२ (कृपया पत्रावर 'मोकळे व्हा' असा उल्लेख करावा)

मैदानी खेळ खेळणे, वेगवेगळ्या माणसांना भेटणे, यामध्ये त्यांना इंटरनेटच वाटत नाही. लग्न समारंभात जाणे, आई-वडिलांबरोबर कोठेतरी ट्रीपला जाणे, हे त्यांना कंटाळवाणे वाटू लागते. हातात फोन असताना त्यांच्याशी बोललेला एकही शब्द कानावर पडत नाही. फोन हातातून काढून घेतल्यास त्यांची प्रचंड चिडचिड होते. त्यातून आरडाओरडा, आदळआपट या गोष्टी सुरू होतात. अभ्यासावरचे लक्ष उडते. या सगळ्यामुळे पालक खूपच हतार आणि निराश होतात. नकळतपणे लहानपणी हातात दिलेली एक छोटेशी वस्तू मुलांना पालकांपासूनही वेगळे करते. अभ्यास करताना, जेवताना, झोपताना या मुलांना सतत फोन हाताशी लागतो.

लहान वयात मोबाईलचा अतिवापर करणारी मुले वाचन, संभाषण, हस्ताक्षर यामध्ये मागे पडायला लागतात. स्क्रीन असलेल्या गोष्टींची सवय झाल्यामुळे पुस्तकवाचन त्यांना कंटाळवाणे वाटू लागते. त्यामुळे ही मुले अभ्यासात मागे पडू लागतात. हातात सतत फोन असल्यामुळे इतर लोकांना भेटणे, त्यांच्याशी बोलणे आवडेनासे होते. त्याचा परिणाम त्यांच्या कला आणि संभाषण या गोष्टींवर होतो. या सगळ्याचा परिणाम त्यांच्या मानसिकतेवर होतो. एवढेच नव्हे, तर शारीरिक वाढीमध्येमुद्धा हा फोन बाधा आणतो. मुलांना मैदानी खेळ खेळणे, इतर मुलांशी जमवून घेणे, हे जमत नाही. ती एकटी पडू लागतात. सतत बसून राहिल्यामुळे ओबेसिटीचा प्रॉब्लेम मुलांमध्ये दिसायला लागला आहे. त्यांची शारीरिक वाढ नीट होत नाही.

तंत्रज्ञान हे वाईट नाही; पण त्याचा योग्य तो आणि योग्य पद्धतीने वापर केल्यास आणि मुलांना

करावयास शिकवल्यास ते वरदानच आहे. त्यासाठी काही उपाय पालक करू शकतात. लहान वयात आई, बाबा, आजी-आजोबा यांची रिफ्लेसमेंट म्हणून त्यांच्या हातात फोन देऊ नका. त्यांना तुमचा वेळ आणि सहवास द्या. मुले जेवत असताना त्याचे आपल्या जेवणाकडेच लक्ष राहिले, याची काळजी घ्या. पदार्थांची चव त्याला कळू द्या. त्या वेळी टीव्ही किंवा मोबाईलपासून त्यांना लांब ठेवा. मोबाईलवरील गेम खेळल्यामुळे किंवा तो लील्या हाताळता आल्यामुळे कुठल्याही प्रकारे बुद्धिविकास होत नाही. त्यापेक्षा त्यांना मॅनिप्युलेटिव्ह टॉइज खेळायला द्या. त्यामुळे त्यांची क्रिएटिव्हिटी आणि प्रॉब्लेम सोल्व्हिंग स्किल्स वाढतील. साधारण १३ ते १४ व्या वर्षांनंतर मुलांना त्यांचा स्वतःचा फोन द्यावा. तोपर्यंत तो योग्य पद्धतीने वापरायची मुलांची मानसिक व भावनिक तयारी झाली असेल. अर्थात, ही तयारी करण्यामध्येही पालकांचा मोलाचा वाटा आहे. पालकांनी आपला अधिकार वापरून एक नियमावली तयार करणे व ती मुलांना पाळायला लावणेही तितकेच गरजेचे आहे.

हे तंत्रज्ञान योग्य तिथे योग्य पद्धतीने वापरले, तर त्याचा फायदाच आहे आणि याची सुरवात स्वतःपासूनच व्हायला हवी. मुले अनेक गोष्टी पालकांच्या बघूनच शिकत असतात, याचे ध्यान असणेही तितकेच गरजेचे आहे. हे करताना पालकांची तारेवरची कसरत होणे स्वाभाविक आहे; पण ती करावी लागेल हे ही अटळ आहे. हे करताना खूपच दमछाक होतय, काय करावं कळत नाही, असे वाटल्यास समुपदेशकांची मदत जरूर घ्यावी.