



‘इलेक्ट्रॉनिक प्रसारमाध्यमे आणि युवापिढीचे बदलते जीवनप्रवाह’

डॉ. सुनंदा एकनाथराव आर्हेर

सहाय्यक प्राध्यापक , समाजशास्त्र विभागप्रमुख,
महिला कला महाविद्यालय, बीड



❖ प्रस्तावना :

मनुष्य हा समाजप्रिय प्राणी आहे त्यामुळेच तो संवाद आणि संबंधाचे जाळे तयार करून जीवन जगतो. संवाद आणि संपर्क ही मानवाची गरज आहे. या गरजेतूनच मानवाने कितीतरी शोध लावले आहेत. विज्ञान आणि तंत्रज्ञानाच्या मदतीने मानवाने संपर्क माध्यमामध्ये प्रगती केली म्हणूनच एकविसाव्या शतकामध्ये मानवाच्या ज्ञानाच्या कक्षा वाढल्या, त्याचा आवाका जगाच्या सीमारेषेपर्यंत पोहोचला आणि मानव ज्ञान-तंत्रज्ञानाच्या माध्यमातून प्रत्येक घटना, प्रसंग आणि विषयांना हात घालू लागला, त्याची उकल करण्याचा प्रयत्न करू लागला. या जिज्ञासेतून मानवाने वेगवेगळ्या साधनांची निर्मिती केली. त्या जोरावर जगावर नजर ठेवत स्वतः अपडेट होऊ लागला. यांत्रिकीकरणामुळे घड्याळाच्या काट्यावर स्वार झालेला माणूस आता घड्याळालाच वेगळ्या स्वरूपाने क्लिक करू लागला आणि जगाला कवेत घेण्याचा प्रयत्न करू लागला. जागतिकीकरणामुळे मानवाच्या एकूण वर्तन व्यवहारातच नव्हे तर जीवन जगण्याच्या पध्दतीमध्ये अमुलाग्र बदल झाले. त्याची परिमिती गतिमानतेत झाली याच गतिमानतेला पोषक असणारे माध्यम म्हणजे मोबाईल-इंटरनेट होय. जगाच्या कान्या-कोपऱ्यातून येणारे संदेश, विविध घडामोडींचे वृत्त या संपर्क माध्यमाद्वारे लगेच सर्वांपर्यंत पोहोचली जातात. त्यामुळेच संपर्क माध्यमांचा वापर सर्वसामान्य लोकांकडून मोठ्याप्रमाणात होतांना दिसतो. प्रत्येक संपर्क माध्यमाचे स्वरूप, कार्य आणि वैशिष्ट्य ही वेगवेगळी आहेत. आधुनिक काळातील प्रसार माध्यमांचे मुद्रित, श्राव्य आणि दृकश्राव्य अशा तीन प्रकारांमध्ये वर्गीकरण केले जाते. मुद्रित प्रसारमाध्यमामध्ये वृत्तपत्रे, ग्रंथ, नियतकालिकांचा समावेश होतो. इलेक्ट्रॉनिक्स प्रसार माध्यमामध्ये श्राव्य आणि दृकश्राव्य माध्यमांचा समावेश होतो. श्राव्य प्रसार माध्यमे नभोवाणी, दुरध्वनी, टेपरेकॉर्डर तर दृकश्राव्य माध्यमांमध्ये दूरदर्शन, चित्रपट, व्हिडीओ यांचा अंतर्भाव होतो. आज ही प्रसारमाध्यमे अतिशय गतिमान बनली आहेत. सदरील शोधनिबंधासाठी इलेक्ट्रॉनिक्स प्रसार माध्यमातील मोबाईलचा आधार घेण्यात आला आहे. मोबाईलचा वापर आणि व्यक्तीचे एकंदरीत जीवन प्रवाहातील बदल, मोबाईलच्या वापराचे फायदे, दुष्परिणाम याचा सर्वांगीण दृष्टीकोनातून ऊहापोह सदरील शोधनिबंधामध्ये करण्यात आला आहे.

❖ अभ्यास विषय निवड :

मोबाईल निर्मिती झाली आणि जगामध्ये मोठी संपर्क क्रांती झाली. भारतात तर बघता-बघता गरीब-श्रीमंत, मालक-कामगार, स्त्री-पुरुष सर्वांच्याच हाती, कानाला मोबाईल लागला. कारण त्याचा उपयोगच तसा होता. पण कालांतराने त्याचा दुरुपयोगही होऊ लागला. मोबाईलमुळे कुठेही, कधीही आपल्याला आपल्या माणसांना-मित्र परिवाराला आणीबाणीच्या वेळी महत्त्वाच्या कामासाठी संपर्क साधता येऊ शकतो. आता मोबाईल सर्व स्तरातील माणसं वापरायला लागलीत. त्यामुळे त्याचा दुरुपयोगही होऊ लागला आहे. थोडक्यात व्यक्तींची जीवनशैलीच या मोबाईलमुळे बदलत चालली आहे. या अनुषंगाने ‘इलेक्ट्रॉनिक प्रसारमाध्यमे आणि युवापिढीचे बदलते जीवनप्रवाह’ या विषयावर शोधनिबंधासाठी इलेक्ट्रॉनिक

प्रसारमाध्यम यामध्ये मोबाईल/स्मार्टफोनचे फायदे, दुष्परिणाम तसेच मोबाईलमुळे व्यक्तिके झपाट्याने बदलत चाललेले जीवनप्रवाह या अनुषंगाने माहिती जाणून घेण्यासाठी सदरील विषयाची निवड करण्यात आली.

❖ **शोधनिबंधाचे उद्देश :**

१. मोबाईल/स्मार्टफोन आणि व्यक्तीचे बदलते जीवनप्रवाह याचा आढावा घेणे.
२. मोबाईल/स्मार्टफोनचा वापर आणि त्याचे फायदे याचा आढावा घेणे.
३. मोबाईल/स्मार्टफोनचा वापर आणि त्याचे होणारे दुष्परिणाम याची माहिती घेणे.
४. मोबाईल/स्मार्टफोन आणि युवापिढी याचा सर्वांगीण दृष्टिकोनातून आढावा घेणे.

❖ **शोधनिबंधाची गृहितकृत्ये :**

१. मोबाईल/स्मार्टफोन वापरणाऱ्या व्यक्तींच्या आरोग्यावर मोठ्या प्रमाणात दुष्परिणाम होत आहेत.
२. मोबाईलच्या वापरामुळे परस्पर नातेसंबंधामध्ये दुरावा निर्माण होत चालला आहे.
३. मोबाईलमुळे व्यक्तींचे जीवनप्रवाहात झपाट्याने बदल होत आहे.
४. मोबाईलच्या वापरामुळे व्यक्ती आभासी जगात वावरण्याचे प्रमाण वाढत चालले आहे.
५. मोबाईल वापरामुळे युवापिढी मोबाईलच्या व्यसनाच्या आहारी जात आहे याचे प्रमाण दिवसेंदिवस वाढतच चालले आहे.

❖ **संशोधन पध्दती :**

सदरील शोधनिबंधासाठी संशोधन पध्दतीमधील द्वितीयक स्त्रोतांचा आधार घेण्यात आला आहे. यामध्ये विविध मासिके, संदर्भ ग्रंथ, वर्तमानपत्रे आणि इंटरनेटचा समावेश आहे.

मोबाईल फोन हे आज स्वतःची प्रतिमा उंचावण्याचे, आधुनिक समजण्याचे साधन झाले आहे. मोबाईलमुळे जग जवळ आले आहे. मोबाईलचा वापर काळाची गरज बनली आहे. जीवन जगण्याचा एक अविभाज्य घटक झाला आहे. मोबाईल आणि व्यक्ती तसेच तिची प्रतिमा असे समीकरणच जणु तयार झाले आहे. मोबाईलमुळे माहिती तात्काळ मिळते, वेळ आणि श्रमाची बचत होते, व्यक्ति मानसिक ताण-तणावापासून स्वतःला दूर ठेवण्याचा प्रयत्न करते, व्यक्तीचा संपर्क वाढतो, सतत काही ना काही नवीन घडत असते त्याची माहिती घेणे, स्वतःला अपडेट ठेवणे व्यक्तीला आवडते यासाठी मोबाईलचा वापर केला जातो. अनेक गोष्टी व्यक्ती शेअर करू लागली आहे, चॅटिंग करू लागली आहे. आधुनिक प्रगत तंत्रज्ञानाचा व्यक्ति वापर करण्यामध्ये इलेक्ट्रॉनिक्स प्रसारमाध्यमाद्वारे होणारा प्रचार आणि प्रसार यासाठी मोबाईलचा क्रमांक पहिला लागतो.

❖ **मोबाईल वापराचे फायदे :**

१. माहिती तात्काळ मिळते ज्यामुळे वेळ आणि श्रमाची बचत होते.
२. नवनविन तंत्रज्ञानाची माहिती मिळते.
३. चालु घडामोडींची माहिती मिळते.
४. व्यक्तींच्या ज्ञानामध्ये भर पडते.
५. व्यक्ती स्वतःला अपडेट ठेवत आहे.
६. एका जागी बसून ऑनलाईन व्यवहार करता येतो.
७. आवश्यक कागदपत्रे कुठेही, केंव्हाही तात्काळ पाठवू शकतो, मागवून घेऊ शकतो.
८. ऑनलाईन ग्रंथ वाचू शकतो, ग्रंथ मागवू शकतो.
९. ऐतिहासिक, निसर्गरम्य स्थळे किंवा इतर नवीन ठिकाणी जाण्यासाठी मॅपचा वापर करून योग्य ठिकाणी पोहचणे शक्य होते.
१०. मोबाईलमध्ये माहिती संकलन करून ठेवता येते त्याचा वापर आपल्याला कधीही करता येऊ शकतो.

११. सामाजिक माध्यमांशी आणि नवीन तंत्रज्ञानाशी आपण जोडून राहतो.
१२. मोबाईल ट्रॅकवरून कोण कुठे आहे याचा अंदाज घेता येतो.
१३. सुखद-दुःखद घटनांची माहिती तात्काळ मिळते.
१४. आपत्कालीन मदत तात्काळ मिळू शकते.
१५. विचारांची देवाण-घेवाण होते. त्यामुळे गैरसमज दूर होतात.

मोबाईल-इंटरनेटच्या माध्यमातून प्रत्येकालाच एकमेकांशी ॲटॅचमेंट हवीहवीशी आणि गरजेची वाटू लागली आहे. आपण त्याचा वापर किती आणि कसा करायचा हे आपलं आपणच ठरविलं पाहिजे. मोबाईलच्या अतिवापरामुळे आपल्या समोर कोण आले आहे, बाजूला कोण आहे आणि बाजूने कोण जातयं याचही भान रहात नाही या अतिवापरावर निर्बंध घालणे आवश्यक आहे. कारण मोबाईल वापराचे दुष्परिणाम फार भयानक आहेत.

❖ मोबाईल वापराचे दुष्परिणाम :

१. व्यक्ती एकलकोंडी बनते.
२. अभ्यासू आणि जिज्ञासू वृत्ती मंदावते.
३. व्यक्तीची कार्यक्षमता कमी होते.
४. एकाग्रता भंग पावते.
५. व्यक्ती आभासी जगात वावरू लागते.
६. संवाद कमी-कमी होत चालला आहे.
७. वेळेचा अपव्यय होतो, कामे वेळेत होऊ शकत नाहीत.
८. कल्पनाशक्ती कमी होते.
९. वैवाहिक जीवनावरही विपरीत परिणाम होत आहेत.
१०. व्हॉट्सॲप, फेसबुकवर कमेंट आल्या नाहीत तर व्यक्ती अस्वस्थ होते.
११. अशिलल मेसेजची देवाण-घेवाणहोण्याचे प्रमाण वाढत आहे.
१२. कुठेही असले तरी सतत मेसेजवर लक्ष आणि अस्थिरवृत्ती बळावत आहे.
१३. मोबाईलवर लक्ष असल्याने/बोलण्याने अपघात होतात.
१४. सहकार्य वृत्ती कमी होते.
१५. युवापिढीमध्ये व्यसनाधिनतेचे प्रमाण वाढत चालले आहे.
१६. मानसिकतेवर विपरीत परिणाम होतो.
१७. अनपेक्षित दृश्य पाहून मनावर आघात होतो. परिणामी निद्रानाशाची समस्या उद्भवते.
१८. सतत स्क्रिनसमोर बसून खात राहिल्याने जेवन जास्त जाते परिणामी वनज वाढते, इतर शारीरिक आजार उद्भवतात.
१९. मोबाईलच्या अतिवापरामुळे हृदय, डोळे, डोके, कान, हाताची बोटे यावर विपरीत परिणाम होत आहे.

हे परिणाम टाळण्यासाठी शक्यतो मोबाईल वापरतांना त्याच्या उपयुक्ततेचा विचार करूनच वापर करावा, त्याचा दुरुपयोग होऊ देऊ नये, मोबाईल आपल्यासाठी शाप ठरू नये याची प्रत्येकाने काळजी घेतली पाहिजे.

❖ मोबाईल आणि युवापिढीचे बदलते जीवनप्रवाह :

फेसबुक, व्हॉट्सॲप या सोशल नेटवर्किंगच्या माध्यमातून काही मंडळी, समाजकंटक, सामाजिक सौहार्द बिघडविण्याचे काम करतांना दिसत आहेत. महापुरुषांची आक्षेपार्ह चित्रे शशेअरश करून श्लार्कश करून विटंबना करतांना दिसत आहेत. त्यामुळे जाती-जातीत, धर्मा-धर्मात तेढ निर्माण होऊन समाजजीवन दुषित होतांना दिसत आहे. एवढेच नाही तर युवापिढी नेटवर्किंगच्या अति आणि चुकीच्या वापरामुळे

बिघडत चालल्याचे चित्र आता सर्रासपणे सर्वत्र दिसत आहे. त्यामुळे येणारी पिढी ही शॅडव्हॉन्सस असण्याबरोबरच शोधक्याच्या वळणावर आहे असे म्हटले तर वावगे ठरणार नाही.

ना कामाची चिंता, ना अभ्यासाची पर्वा,
न मित्र-मैत्रिणीमध्ये गप्पा, ना कोण काय सांगतय याकडे लक्ष,
सतत डोळ्यासमोर एकच स्क्रीन उघडलेला,
त्यावर नव्या -कोन्या वेबसिरीजचे एपिसोड्स, नाहीतर पोर्न क्लीप!!
रात्र असो, दिवस असो, भूक लागलेली असो,
परीक्षा आलेली असो डोळ्यासमोर फक्तते आणि तेच!
नेटफ्लिक्स, अमेझॉन प्राईम, हॉटस्टार नाहीतर त्यातलंच काहीतरी!

हे असं झालंय का आपलं? हे प्रत्येकानं तपासून बघायची वेळ आज आलेली आहे आणि जर असं झालेलं असेल तर ही आहे एका नव्या व्यसनाची सुरुवात!

नेटफ्लिक्स, अमेझॉन प्राईम व्हिडीओ, वूट, हॉटस्टार, वेगवेगळे ॲप्स अशापध्दतीने व्हिडीओ पाहण्याच्या सर्वांनाच हे व्यसन जडतं असं होत नाही. या पध्दतीचे व्यसन असल्यास त्या व्यक्तीचा स्वभाव, व्यक्तीत्व, विचारसरणी आणि कौटुंबिक पार्श्वभूमी लक्षात घेतली पाहिजे. एखाद्या घटनेमुळे अशा पध्दतीचं व्यसन लागलं आहे की नाही याची तपासणी करावी लागते. शिवाय व्यसनापूर्वी बेरोजगारी, ब्रेकअप, कौटुंबिक समस्या, नैराश्य अशी कोणती स्थिती आहे का? याची पडताळणी करणे आवश्यक असते. यासाठी अशा व्यक्तीसमवेत अथवा मुलांसमवेत कुटुंबाचा योग्यवेळी योग्य संवाद, योग्य मार्गदर्शन, परिणामाची जाणीव करून देणे आणि गरज पडली तर मानसोपचार तज्ञाकडे नेऊन समुपदेशन घेण फार महत्त्वाचे असते. नव्या स्ट्रिमिंग व्हिडीओ ॲपच्या व्यसनामध्ये तरुणाई गुंतत जाण्यामागे अनेक कारणे आहेत. त्यात अत्यंत कमी पैशात चांगला कंटेंट बसल्या जागी पाहता येतो. शिवाय त्याही पुढे जाऊन आता एकच सबस्क्रिप्शन चार मित्र-मैत्रिणीमध्ये शेअर करून हे ॲप्स वापरता येतात. तरुणाईच्या मनातील नेमके विषय हेरून या ॲप्सवर लक्षवेधी कंटेंट तयार केला जातो. त्यामुळे अन्न-वस्त्र-निवारा आणि इंटरनेट या चार जीवनावश्यक गरजा बनत चालल्या आहेत.

मागील काही वर्षात मोबाईल व्यसन वाढलं ही बाब आता थेट इंटरनेट व्यसनमुक्ती केंद्राच्या आरंभापर्यंत येऊन पोहोचली आहे. अगदी सुरुवातीला एक दोन तासच मोबाईल-इंटरनेट वापरणारे कधी त्यांच्या आहारी जातात हे त्यांनाच कळत नाही. यामुळे वर्तनात बदल होतो, झोपेचं चक्र बिघडतं, मुड अनेकदा दिवसभर चांगला नसतो, कधी शांत राहतात तर कधी आक्रमक बनतात. तर कधी उदास, दुःखी राहणं, एकलकोंडे होणे, कशातच मन नं रमणे यापासून याची सुरुवात होते. कामाचा दर्जा खालावतो, प्रगतीवरही परिणाम होतो. मोबाईल इंटरनेटच्या व्यसनात गुरफटलेली तरुणाई खऱ्या सामाजिक संबंधापासून, संवादापासून दुरावलेलीच राहते त्याचा कौटुंबिक वातावरणावरही परिणाम होतो. याचा परिणाम शारीरिक आणि मानसिक आरोग्यावर होतो. वास्तवाशी नातं कमी झाल्याने ही मुलं मानसिक आजाराचे बळी ठरू शकतात. लैंगिक दूरवर्तनाचे प्रशिक्षण संबंधित इंटरनेट साईट्स प्रत्यक्ष-अप्रत्यक्षपणे देतात. ज्यातून आवेगावर नियंत्रण नसणं, विभिन्न लिंगी व्यक्तीविषयी आकर्षण वाटणे इत्यादी समस्या उद्भवतात. मानसिकदृष्ट्या अशक्त झाल्याने पुढे जाऊन आत्महत्येचं टोकाचं पाऊल उचलतात. इंटरनेटचं व्यसन कुमारवयीन मुलांच्या आत्महत्येला कारण ठरू लागले आहे.

आज सुशिक्षित, मध्यमवर्गीय पालक मुलांच्या अभ्यासाला अडथळा निर्माण होऊ नये, कशाचा परिणाम होऊ नये; आपल्याला अभ्यासाला स्वतंत्र रुम नव्हती पण आपण आपल्या मुलांना ही सुविधा द्यावी, तशी आपली आर्थिक कुवत आहे. म्हणून मुलांसाठी स्वतंत्र बेडरूमची संकल्पना आज विकसित झाली आहे. त्याचे प्रमाण झपाट्याने वाढत आहे. मुलांना स्वतंत्र बेडरूम देणं योग्य आहे. पण आपला मुलगा त्याच्या रुममध्ये अभ्यास करतो, आराम करतो का मोबाईल हाताळतो याकडे पालकांनी सतत जाणीवपूर्वक लक्ष देणे आवश्यक असते. पण बहुतांश पालकांना आपला मुलगा त्याच्या रुममध्ये अभ्यासच करतो असे वाटत असते आणि असे वाटणे साहजिकही असते. कारण आपल्या मुलावर प्रत्येक पालकाचा

विश्वासच तेवढा असतो. आपला मुलगा वॉईट/गैरमार्गाकडे वळणार नाही असे वाटते. परंतु या मुलांमध्ये अचानक बदल दिसू लागतात जसे की, पालकांशी संवाद कमी होणे, कॉलेजला जाणे टाळणे, सतत फक्त आपल्याच रुममध्ये बसणं ही बाब पालकांच्या लक्षात येते तेंव्हा पालक चिंतेत पडतात. त्यांना वाटते रिंगिंगमुळे किंवा प्रेम प्रकरणामुळे किंवा मित्रांसमवेत भांडण झाल्यामुळे आपला मुलगा असं वागत असेल. पण आज बहुतांश वेळा हे प्रकरण भलतंच असल्याचं समोर येत आहे. अशी मुलं आपल्या स्वतंत्र रुममध्ये कित्येक तास वेगवेगळ्या ॲप्सवरील सिरीज, व्हिडीओ पाहतात, रात्री कमी झोपतात आणि मोबाईलच्या व्यसनाला बळी पडतात. त्यात पुरते अडकून जातात. परिणामी पालकांनी समजाऊन सांगण्यापलिकडे बाब गेलेली असते. शेवटी मानसोपचार तज्ञाकडून समुपदेशन घेण्याची वेळ येते. काहींना तर मानसोपचार विभागात ॲडमिट करावे लागते आणि उपचार घ्यावे लागतात. ही वेळ येणाऱ्या पालकांचे प्रमाण आज कमी असले तरी उद्या हे प्रमाण नक्कीच वाढणार यात शंका नाही! त्यासाठी अशी वेळ आपल्या मुलांवर आणि आपल्यावर येऊ नये म्हणून किशोरावस्थेपासून पालकांनी मुलांच्या बाबतीत, त्यांच्या प्रत्येक हालचालीवर अप्रत्यक्ष लक्ष ठेवणे, प्रसंगी त्यांना वेळीच समजावणे, परिणामांची जाणीव करून देणे, मुलांसमवेत मोकळा संवाद ठेवणे, मैत्रीपूर्ण नाते निर्माण करणं, मित्रांची माहिती ठेवणे, मित्र कमी असावेत किंवा एकच मित्र असावा या सर्व गोष्टींची वेळीच जाणीव करून देणं महत्वाचे आहे. कारण आज व्यक्तींचे जीवन अत्यंत धावपळीचे आणि धकाधकीचे झाले आहे. मानसिक ताण-तणाव वाढत आहेत. स्पर्धाही वाढत चालल्या आहेत. प्रत्येकाजवळ वेळ कमी आणि कामं जास्त अशी स्थिती निर्माण झाली आहे. त्यामुळे पालक-पाल्य यांच्यातील परस्पर संबंधामध्ये दुरावा निर्माण होत आहे. मुलांना पाहिजे ती वस्तु -गोष्ट लगेच मिळत आहे पण पालकांच्या प्रेम-सहवासाला प्रसंगी ही मुलं मुकत असल्याचे चित्र समाजात पहावयास मिळत आहे. सन्मानपूर्वक जगण्यासाठी आपलं जीवन अर्थपूर्ण असलं पाहिजे. काही लोक मानवी संबंधापेक्षा प्रतिष्ठेच्या संकल्पनांना आणि त्यानुसार आदरास पात्र होण्याला जास्त महत्त्व देतात. परंतु बाह्यरंग कितीही चमकदार असले, आकर्षक असले तरीही ते अंतरंगातले वॉईट गुण-चारित्र्य जास्त काळ लपवू शकत नाही. यासाठी पालकांना मुलांचे अंतरंगातले चांगले गुण दिसावेत, समोर यावेत असे वाटत असेल तर आपल्या मुलांना वेळीच समज देऊन त्यांना मोबाईलच्या व्यसनातून बाहेर काढणे आवश्यक आहे. तसेच आपले मुल मोबाईलच्या व्यसनाला बळी पडू नये यासाठी अत्यंत सतर्क असणे गरजेचे आहे.

❖ सारांश :

प्रामुख्याने मोबाइल इंटरनेटचा सोशल नेटवर्किंग साईटसुद्धा वापरकर्ता कोण आहे हे पाहिले तर यामध्ये १४ ते २२ वयोगटातील मुलांचा समावेश होतो. त्यामुळे या मुलांवर मोबाईल वापराच्या बाबतीत नियंत्रण ठेवायचं म्हटलं तर पालकांनी प्रथम आपल्या पाल्यासमवेत मैत्री केली पाहिजे. एकत्रपणे त्यांच्याशेजारी बसून इंटरनेट एन्जॉय करणं सुरु केल्यास मैत्रीच्या नात्यामधून नकळत त्यांच्यावर नियंत्रण ठेवता येते. मुलांना इंटरनेटच्या कोलितपणाची म्हणजेच दुष्परिणामांची माहिती करून देणे, त्यावरील गेम्सविषयी, इतर सोशल साईट्सविषयी चर्चा करणं, ही कामं कौशल्यानं पालकांनी करणं जरूरी आहे. पालकांप्रमाणेच शिक्षकांनीही विद्यार्थ्यांना कॉम्प्युटर शिकवतांना वरील गोष्टी कल्पकतेने, कौशल्याने सांगितल्यास फरक पडू शकतो. थोडक्यात पालकांनी याबाबत सतर्क राहणं गरजेचं आहे. नसता आपलं मुल कधी या मोबाईल-इंटरनेटच्या माध्यमातून होणाऱ्या दुष्परिणामांचा बळी ठरेल हे कळणारही नाही आणि जेव्हा कळेल तेंव्हा वेळ मात्र निघून गेलेली असेल हे मात्र निश्चित!

❖ निष्कर्ष :

१. मोबाईल वापरामुळे व्यक्तीच्या जीवन प्रवाहामध्ये बदल झाले आहेत.
२. मोबाईल वापरामुळे वेळ आणि श्रमाची बचत होते, माहिती तात्काळ मिळते, ज्ञानात भर पडते, ऑनलाईन व्यवहार करता येतात, नवीन तंत्रज्ञान आणि चालू घडामोडींची माहिती मिळते.

३. मोबाईल वापरामुळे (अतिवापरामुळे) व्यक्ती एकलकोंडी बनते अभ्यासू-जिज्ञासूवृत्ती मंदावते; कार्यक्षमता कमी होते, एकाग्रता भंग पावते, व्यक्ती आभासी जगात वावरते, संवाद कमी होत आहे.
४. व्यक्तीच्या सर्वांगीण आरोग्यावर मोबाईलच्या अतिवापराचे विपरीत परिणाम होत आहेत. त्यामुळे आरोग्यविषयक समस्या वाढत चालल्या आहेत.

❖ **उपाययोजना :**

१. पालकांनी मुलांसमवेत मैत्रीपूर्ण नाते ठेवावं. प्रसंगी इंटरनेट चांगल्या गोष्टींसाठी एकत्रपणे एन्जॉय करावे. मुलांना या इंटरनेटच्या दुष्परिणामांची माहिती करून द्यावी. त्यावरील गेम्स आणि सोशल साईट्सविषयी चर्चा करावी. यासाठी पालकांनी आपली कौशल्य वापरावीत.
२. आपल्या मुलांच्या दैनंदिन वर्तनात अचानक बदल जाणवू लागला तर तात्काळ त्याच्यासमवेत मोकळा संवाद साधावा. त्याचे पालक नव्हे तर मित्र बनून माहिती जाणून घ्यावी आणि गरज पडलीच तर वेळीच मानसोपचार तज्ञाकडे नेवून समुपदेशन घ्यावे आणि आपल्या मुलाला मोबाईल इंटरनेटच्या व्यसनाला बळी पडण्यापासून वाचवावे.
३. दैनंदिन धावपळ, मानसिक ताण-तणाव असला तरीही मुलांसाठी वेळ काढावा, त्यांच्या समवेत संवाद साधणे, त्यांच्या हालचालीवर लक्ष देणे, मुलाला स्वतंत्र बेडरूम असेल तर त्याच्या रुममध्ये तो अभ्यास करण्याची वेळ असेल तर किमान १ तासाला सहज १ चक्कर मारणे आवश्यक आहे. ज्यामुळे मुलाला अशा वाईट गोष्टींकडे वळायला जमणार नाही. पालकांचा वचक बसेल.
४. मुलांच्या हातात मोबाईल देण्यापूर्वी पालकांनी त्यांच्या वयाचा विचार करावा. आज मुलगा एस.एस. सी. पास झाला की लगेच त्याला स्मार्टफोन घेऊन देण्याचे फॅड सध्या मोट्या प्रमाणात दिसून येते. मुलासमोर पालकांनीही नेटचा (व्हॉट्सअॅपचा) वापर शक्यतो टाळावा. मोबाईल कमीत-कमी वेळ वापरावा. मुलांचे किमान बारावीपर्यंत शिक्षण होईपर्यंत पालकांनी साधा मोबाईल वापरून मुलांसमोर आदर्श घालून द्यावा किंवा मोबाईलपासून मुलांना दूर ठेवण्यासाठी असा प्रयत्न जाणीवपूर्वक करावा.

❖ **संदर्भ सूची :**

१. खेरा शिव-जगापण सन्मान-मॅकमिलन इंडिया लिमिटेड, पुणे-२००४.
२. कोलते एस.एम.-इंटरनेट आणि वर्ल्डवाईड वेब-पिंपळापूरे अॅण्ड पब्लिशर्स, नागपूर-२००८.
३. हंडीबाग भारत, सरकटे सदाशिव-दृकश्राव्य माध्यमांसाठी लेखन कौशल्य, एज्युकेशन पब्लिशर्स, औरंगाबाद-२००४.
४. काचोळे दा.धो. सामाजिक समस्या आणि मानसशास्त्र, कैलास पब्लिकेशन्स, औरंगाबाद-२००४.
५. काचोळे दा.धो. संशोधन पध्दती आणि समाजशास्त्रीय परंपरा, कैलास पब्लिकेशन्स, औरंगाबाद-२००५.
६. दै. लोकमत.
७. दै. लोकसत्ता.
८. समाजकल्याण.
९. www.lokmat.com
१०. www.epaperlokmat.com