શું તમારું બાળક મોબાઈલ જોયા વિના ખાતું નથી?

આજકાલ નાનાંમોટાં સૌને મોબાઈલની લત લાગી છે. નાનાં બાળકો માટે તો એ બહુ જ નુકસાનકર્તા છે. સ્માર્ટ ફોન તમારા માસૂમ સંતાનના બ્રેનના ડેવલપમેન્ટને અસર કરે છે. સંતાનને મોબાઈલ ફોનથી દૂર રાખવા બહુ મુશ્કેલ છે અલબત્ત, આ આદત માટે માતા-પિતા પણ કેટલેક અંશે જવાબદાર છે. આજે તો છ-સાત મહિનાના બાળકને પણ મોબાઈલ જોવા આપી ખવડાવતી માતા તમને જોવા મળશે પરંતુ એણે પાછળથી ઘણી મુશ્કેલીઓનો સામનો કરવો પડે છે. તમારા ટોડલરને મોબાઈલથી દૂર રાખવા કેટલીક ટિપ્સ જોઈએ.

બાળકને મોબાઈલની લત લગાડવા માટે તમે પણ ક્યાંક ને ક્યાંક જવાબદાર છો કારણ કે મોટા ભાગે તમે બિઝી હો, બાળક શોરબકોર કરતું હોય તો તમે એને શાંત કરવા મોબાઈલ પકડાવી દો છો. બાળકનો જન્મ થાય છે ત્યારથી જ એને મોબાઈલ બતાવવાનું શરૂ કરી દેવાય છે. ફોનથી ફોટો પાડવાની સાથે રાઈમ્સ સંભળાવવી શરૂ કરવામાં આવે છે અને જ્યારે એ મોટું થાય છે ત્યાં સુધીમાં એને આદત પડી જાય છે. તમારું સંતાન ફોનમાં કવિતા જોયા વિના ખાવાની ના પાડી દે છે તો આ ટોડલરમાં મોબાઈલની આદત છે.

બાળક માટે શા માટે સ્માર્ટફોન સારો નથી?

તમે જે ડિજિટલ યુગમાં જીવો છો તેને ધ્યાનમાં રાખી બાળકને ગેજેટ્સથી દૂર રાખવા ઘણી વાર મુશ્કેલ હોય છે પરંતુ અહીં કેટલીક બાબતો જાણવી જરૂરી છે.

સ્માર્ટ ફોન બાળકના બ્રેનને પ્રભાવિત કરે છે. મગજના વિકાસને મંદ કરે છે અને અન્ય સમસ્યાઓ ઊભી કરે છે. ઘણી વાર સ્માર્ટફોનનો વધુ પડતો ઉપયોગ કોગનેટિવ ડિલેનું કારણ બની શકે છે.

સ્થૂળતા

જ્યારે બાળક મોબાઈલ પર ગેમ રમતું હોય ત્યારે એ બહાર રમવા જતું નથી. જેના પરિણામે શારીરિક વ્યાયામની કમી અને એક્ટિવિટીમાં ઊણપ જોવા મળે છે. જે સ્થૂળતાનું કારણ બની શકે છે.

સોશ્યલ ડેવલપમેન્ટમાં વિલંબ

સ્માર્ટફોન કે ટેબલેટ પર રમવાથી પણ સોશ્યલ સ્કિલમાં વિલંબ થાય છે કારણ કે તમારું બાળક હંમેશાં ગેજેટ્સ પર વ્યસ્ત રહે છે. અને વધારે વાત કરતું નથી.

બાળકને મોબાઈલથી દૂર રાખવા કેટલીક ટિપ્સ જોઈએ

બાળકની સામે મોબાઈલનો યુઝ ન કરો

તમે પેરેન્ટસ છો જે સંતાનને ફોન કે અન્ય ગેજેટ્સ આપવા જવાબદાર છો. જો તમારું બાળક તમારું ધ્યાન આકર્ષિત કરવા માંગતું હોય તો ફોનને હાથ લગાડવા ન દો. એનું ધ્યાન બીજે વાળવા કોશિશ કરો.

વીડિયોને બદલે ઓડિયો

વીડિયો બતાવવાને બદલે તમે ઓડિયો CD ખરીદી શકો અને સંતાનને સંભળાવી શકો. એને કારણે એ ચમકીલા રંગોથી વિચલિત થશે નહિ. ઓડિયો રાઈમ્સમાં પણ એને આનંદ આવશે અને સૌથી સારો ઉપાય તો એ જ છે કે તમે જ એને કવિતા સંભળાવો.

બાળકને વધારે સમય આપો

માતાપિતાએ બાળકને મોબાઈલને બદલે વધારે સમય આપવો જોઈએ. સંતાન સાથે રમવું જોઈએ, વાતચીત કરવી જોઈએ, એને બહાર ફરવા લઈ જવું જોઈએ. બાળક સાથે મજબૂત ગાંઠ બાંધવાનો આ સમય છે.

વિચારો જ્યારે મોબાઈલ નહોતા ત્યારે બાળકો કઈ રીતે મોટાં થતાં હતાં?

રોલ મોડલ બનો

બાળક એ જ શીખશે જે તમે કરો છો આથી જો તમે જ લાંબો સમય મોબાઈલ પર વ્યસ્ત રહેતા હો તો બાળક એ જોઈને એ જ કરશે. એને પણ એની આદત પડશે.

વાળ વેચી કરો કમાણી

તમે કમાવાના ઘણા રસ્તાઓ તો સાંભળ્યા જ હશે, પરંતુ એક મહિલા પોતાના વાળ વેચીને કરોડપતિ બની ગઈ. દર મહિને 25 લાખ રૂપિયાની કમાણી. તેના વાળની એટલી ડિમાન્ડ છે કે તે પૂરી કરી શકતી નથી. તેનો દાવો છે કે કોઈ પણ વ્યક્તિ આ બિઝનેસ શરૂ કરી શકે છે અને ઘરે બેઠા લાખો રૂપિયા કમાઈ શકે છે. આ કારણે સોશ્યલ મીડિયા પર તેના ચાહકોની સંખ્યા અણધારી રીતે વધી ગઈ છે.

21 વર્ષની અમાન્ડા લિયોન એક મોડલ છે. ઈન્સ્ટાગ્રામ પર તેના લાખો ફોલોઅર્સ છે. અમાન્ડા લિયોને કહ્યું, ‘‘થોડા દિવસો પહેલાં મારા એક ફોલોઅર્સે મને મેસેજ કર્યો અને લખ્યું- તમારા વાળ ખૂબ જ સુંદર છે. શું તમે મને આમાંથી એક લટ આપી શકો છો, આ માટે હું તમને 71 પાઉન્ડ (લગભગ 7500 હજાર રૂપિયા) આપી શકું છું.’’

અમાન્ડાએ કહ્યું કે, ‘‘તે વ્યક્તિએ મારી પાસે આ માંગણી કરતાં જ મને બિઝનેસ આ ઈડિયા આવ્યો. પછી મેં સોશ્યલ મીડિયા પર સર્ચ કરવાનું શરૂ કર્યું. લોકો મારા વાળ માટે લાખો ખર્ચ કરવા તૈયાર છે એ જાણ્યા પછી મેં મારા વાળ વેચવાનું શરૂ કર્યું. ત્યારથી મેં મારા વાળ વેચીને 24,000 પાઉન્ડ (લગભગ 25 લાખ રૂપિયા) ની કમાણી કરી છે. ઘણાં લોકો મારા વાળ ભેટ તરીકે માંગે છે. આ માટે હું તેમની પાસેથી હજારો રૂપિયા લઉં છું. મારા વાળ તેમની પાસે રાખવાથી હું તેમની નિકટ હોવાનો તેમને અનુભવ થાય છે.’’ અમાન્ડા એક લટના 100 ડોલર ચાર્જ લે છે અને અત્યાર સુધીમાં તેમણે 300 લટ વેચી છે.

અમાન્ડાએ થોડા દિવસો પહેલા તેના નહાવાનું પાણી વેચીને હલચલ મચાવી હતી. પછી તેણે કહ્યું કે તે તેની સગાઈ માટે પૈસા એકઠા કરવા માંગે છે. એટલા

માટે તે તેના નહાવાનું પાણી વેચી રહી છે.

અમાન્ડાએ કહ્યું કે ‘‘તે એક પાગલ વિચાર હતો પરંતુ તે પછી મને એટલી બધી વિનંતીઓ મળી કે હું દંગ રહી ગઇ. કેટલાક લોકોને આ વિચિત્ર અથવા અર્થહીન લાગી શકે છે પણ સાચું કહું તો લોકોને ખુશ જોઈને મારા ચહેરા પર પણ ખુશી આવી જાય છે.’’

અમાન્ડા જ નહીં, લંડનની રહેવાસી 27 વર્ષની કેમિલ એલેક્ઝાન્ડર પણ વાળ વેચીને લાખો કમાઈ રહી છે. હવે તેણી ક્યારેય તેના વાળ કાપતી નથી અને બાદમાં તેને વેચીને પૈસા કમાય છે.

વાળ વેચવા એ એક ધંધો છે અને ભારતમાં પણ ઘણાં લોકો આ કામ કરીને સારી એવી કમાણી કરી રહ્યા છે. ભારતમાં માનવ વાળ 25થી 30 હજાર રૂપિયા પ્રતિ કિલોના ભાવે વેચાય છે. લોકો વાળ ખરીદીને વિદેશ મોકલે છે. ભારતમાંથી વાળ ચીન, મલેશિયા, થાઈલેન્ડ, બાંગ્લાદેશ, શ્રીલંકા, માલદીવ, બર્મામાં મોકલવામાં આવે છે. અહીં તેમને સાફ કરવામાં આવે છે અને પછી તેમાંથી વિગ બનાવવામાં આવે છે. તેનો ઉપયોગ બ્રશ અને બ્યૂટી પ્રોડક્ટ્સમાં પણ થાય છે.