



टी.वी. से एकाग्रता पर असर

क्या आप अपने बच्चों को ज़िंदगी की एक नई शुरुआत देना चाहते हैं? तब आपको चाहिए कि आप अपने बच्चों को उनका पसंदीदा टीवी कार्यक्रम देखने से बीच-बीच में मना करें या उन्हें अत्यधिक टीवी देखने से रोकें क्योंकि यह उनके लिए नुकसानदायक हो सकता है।

काफी लंबी खोज के बाद यह निष्कर्ष निकला है 3 से 11 साल के बच्चों में टीवी देखने की आदत आगे चलकर 13 से 15 वर्ष की आयु में उनकी एकाग्रता क्षमता पर प्रतिकूल प्रभाव डालती है। मामले को और अधिक करीब से जानने के लिए न्यूज़ीलैंड के ओटागा विश्वविद्यालय के बॉब हॉनकाक्स के नेतृत्व में शोधकर्ताओं के एक दल ने करीब 1000 बच्चों का पूरे 13 साल तक अवलोकन किया। अध्ययन की शुरुआत में ये बच्चे 3 साल के थे और 15 वर्ष की उम्र तक इनका अध्ययन किया गया।

अध्ययन का निष्कर्ष है कि बचपन में अधिक टीवी देखने का असर किशोरावस्था में एकाग्रता पर पड़ता है और

यह असर लड़के-लड़कियों पर बराबर पड़ता है। इसमें इस बात से भी कोई अंतर नहीं पड़ता कि बच्चों के संज्ञान हुनर कितने विकसित हैं या उनकी सामाजिक-आर्थिक स्थिति क्या है वगैरह। शोधकर्ताओं का मत है कि कई पालक बच्चों का ध्यान स्थिर रखने के लिए टीवी का इस्तेमाल करते हैं। तथ्य यह है कि टीवी मदद करने की बजाय उल्टा असर करता है।

होता यह है कि टीवी पर तेज़ी से दृश्य बदलते हैं, इसलिए वह बच्चों का ध्यान खींचे रखता है, मगर इसी कारण से बच्चों को कहीं ओर अपना ध्यान केंद्रित करने में दिक्कत होती है।

टीवी देखने से एकाग्रता की क्षमता में तो कमी होती ही है साथ ही एक और मामला सामने आया है जिसमें बच्चे अत्यधिक टीवी देखने से अपने माता-पिता के प्रति आदरहीन रवैया भी अपनाते हैं। यह दावा किया है बॉब हॉनकाक्स ने जो इस शोध के मुखिया भी थे। इस खोज से जो परिणाम सामने आए हैं वे अत्यंत चिंताजनक हैं और बच्चों के भविष्य के लिए इन पर गौर करना निहायत ज़रूरी है। (**स्रोत विशेष फीचर्स**)