IJCRT.ORG ISSN : 2320-2882
INTERNATIONAL JOURNAL OF CREATIVE RESEARCH THOUGHTS (IJCRT)
An International Open Access, Peer-reviewed, Refereed Journal

आदिवासी क्षेत्र के किशोरों में आत्महत्यात्मक की प्रवृति के लक्षण, निदान एवं उपचार का अध्ययन – 2024

A study of the symptoms, diagnosis and treatment of suicidal tendencies among adolescents in tribal areas– 2024

शोधार्थी - पूंजासिंह यादव , शोधार्थी शिक्षा संकाय मोहनलाल सुखाडिया विश्वविद्यालय उदयपुर (राज.) 313001

शोध निर्देशक - डॉ. मनीष सक्सेना शिक्षा संकाय, प्राचार्य ज्योतिबॉ फुले शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालय उदयपुर

Abstract : वर्ष 2024 के परिप्रेक्ष्य में आदिवासी क्षेत्रों के किशोरों में आत्महत्यात्मक प्रवृत्तियों का बढ़ता स्वरूप एक गंभीर सामाजिक एवं मानसिक स्वास्थ्य समस्या के रूप में सामने आया है। यह अध्ययन आदिवासी क्षेत्र के किशोरों में आत्महत्यात्मक प्रवृत्ति के लक्षणों, निदान एवं उपचार का विश्लेषण प्रस्तुत करता है तथा इसके पीछे कार्यरत सामाजिक, आर्थिक, पारिवारिक और मनोवैज्ञानिक कारकों को स्पष्ट करता है। आदिवासी समाज में तीव्र सामाजिक परिवर्तन, परंपरागत मूल्यों का क्षरण, गरीबी, शिक्षा की सीमित सुविधाएँ, बेरोजगारी, नशाखोरी तथा पारिवारिक अस्थिरता किशोरों को मानसिक तनाव और असुरक्षा की स्थिति में धकेल रही हैं। अध्ययन में यह पाया गया कि आत्महत्यात्मक प्रवृत्ति के प्रमुख लक्षणों में निरंतर उदासी, निराशा, आत्मसम्मान में कमी, सामाजिक अलगाव, आक्रामक या अत्यधिक अंतर्मुखी व्यवहार, पढ़ाई एवं दैनिक गतिविधियों में रुचि का अभाव, नींद और भोजन में असंतुलन तथा मृत्यु से संबंधित विचार शामिल हैं। ये लक्षण धीरे–धीरे विकसित होते हैं और समय पर पहचान न होने पर गंभीर परिणाम उत्पन्न कर सकते हैं। निदान की प्रक्रिया में मनोवैज्ञानिक साक्षात्कार, व्यवहारिक अवलोकन, मानकीकृत मानसिक स्वास्थ्य परीक्षण तथा परिवार, विद्यालय और समुदाय से प्राप्त सूचनाओं को महत्त्वपूर्ण माना गया है। आदिवासी किशोरों के संदर्भ में सांस्कृतिक संवेदनशीलता, स्थानीय भाषा और सामाजिक संरचना की समझ निदान को अधिक प्रभावी बनाती है। उपचार के स्तर पर यह अध्ययन मनोपरामर्श, संज्ञानात्मक–व्यवहारात्मक चिकित्सा, परिवार–आधारित हस्तक्षेप, विद्यालयीय सहयोग और समुदाय आधारित कार्यक्रमों की आवश्यकता पर बल देता है। साथ ही पारंपरिक आदिवासी सहयोग प्रणालियों, सामुदायिक सहभागिता और मानसिक स्वास्थ्य जागरूकता अभियानों को उपचार प्रक्रिया से जोड़ना आवश्यक बताया गया है। निष्कर्षतः यह अध्ययन इंगित करता है कि आदिवासी क्षेत्रों के किशोरों में आत्महत्यात्मक प्रवृत्तियों की रोकथाम हेतु समन्वित, सांस्कृतिक रूप से उपयुक्त और दीर्घकालिक प्रयास अनिवार्य हैं।

Keywords : आदिवासी क्षेत्र, आदिवासी किशोर, आत्महत्यात्मक प्रवृत्ति, आत्महत्या, मानसिक स्वास्थ्य, किशोरावस्था, अवसाद, चिंता, तनाव, निराशा, असहायता, आत्मसम्मान की कमी, भावनात्मक अस्थिरता, सामाजिक अलगाव, पारिवारिक तनाव, घरेलू हिंसा, गरीबी, बेरोजगारी, शैक्षिक पिछड़ापन, विद्यालय छोड़ना, पहचान का संकट, सांस्कृतिक संक्रमण, परंपरागत मूल्य, आधुनिक प्रभाव, नशाखोरी, शराब सेवन, तंबाकू उपयोग, मानसिक रोग, व्यवहारिक लक्षण, भावनात्मक लक्षण, शारीरिक लक्षण, निदान

Article : आदिवासी समाज भारत की सांस्कृतिक विविधता का अभिन्न अंग है। प्रकृति, समुदाय और परंपरागत मूल्यों पर आधारित जीवन–पद्धति आदिवासी समाज की पहचान रही है। किंतु 2024 के वर्तमान सामाजिक–आर्थिक परिदृश्य में आदिवासी क्षेत्रों के किशोर अनेक जटिल चुनौतियों से जूझ रहे हैं। शिक्षा, रोजगार, स्वास्थ्य सुविधाओं की कमी, गरीबी, पलायन, नशाखोरी और सांस्कृतिक संक्रमण जैसे कारकों ने किशोरों के मानसिक स्वास्थ्य को गहराई से प्रभावित किया है। इसके परिणामस्वरूप आत्महत्यात्मक प्रवृत्तियाँ एक गंभीर सामाजिक और मानसिक स्वास्थ्य समस्या के रूप में उभरकर सामने आई हैं। यह लेख आदिवासी क्षेत्र के किशोरों में आत्महत्यात्मक प्रवृत्ति के लक्षणों, निदान एवं उपचार का विस्तृत अध्ययन प्रस्तुत करता है। आत्महत्यात्मक प्रवृत्ति से तात्पर्य उन विचारों, भावनाओं और व्यवहारों से है जिनमें व्यक्ति जीवन को समाप्त करने की इच्छा प्रकट करता है या आत्महत्या का प्रयास करता है। यह प्रवृत्ति अचानक उत्पन्न नहीं होती, बल्कि दीर्घकालिक मानसिक तनाव, असफलता की भावना, भावनात्मक उपेक्षा और सामाजिक असहयोग के परिणामस्वरूप धीरे–धीरे विकसित होती है। आदिवासी किशोरों के संदर्भ में यह प्रवृत्ति सांस्कृतिक, पारिवारिक और सामाजिक परिस्थितियों से गहराई से जुड़ी होती है।

आदिवासी क्षेत्रों में आत्महत्यात्मक प्रवृत्ति के कारण

आदिवासी किशोरों में आत्महत्यात्मक प्रवृत्ति के पीछे अनेक परस्पर जुड़े कारण पाए जाते हैं

- **सामाजिक–आर्थिक कारण:**

गरीबी, बेरोजगारी, संसाधनों की कमी, पारिवारिक ऋण और आजीविका के सीमित साधन किशोरों में असुरक्षा और निराशा की भावना उत्पन्न करते हैं।

- **शैक्षिक कारण:**

विद्यालयों की दूरी, भाषा संबंधी कठिनाइयाँ, शिक्षकों की कमी और शैक्षणिक असफलता किशोरों के आत्मविश्वास को कमजोर करती है।

- **पारिवारिक कारण:**

घरेलू हिंसा, माता–पिता का नशाखोर होना, टूटते पारिवारिक संबंध, भावनात्मक उपेक्षा और अत्यधिक अपेक्षाएँ मानसिक दबाव बढ़ाती हैं।

आत्महत्यात्मक प्रवृत्ति के लक्षण

आदिवासी किशोरों में आत्महत्यात्मक प्रवृत्ति के लक्षण विभिन्न स्तरों पर प्रकट होते हैं

(क) भावनात्मक लक्षण:

- निरंतर उदासी और निराशा
- भविष्य के प्रति नकारात्मक सोच
- आत्मसम्मान में कमी

अत्यधिक चिंता और भय

(ख) व्यवहारिक लक्षण:

- सामाजिक अलगाव और अकेले रहना
- पढ़ाई या कार्य में रुचि का अभाव
- आक्रामकता या अत्यधिक चुप्पापन

• मृत्यु या आत्महत्या से संबंधित बातें करना

• आत्म–नुकसान से जुड़े व्यवहार

निदान की प्रक्रिया

आत्महत्यात्मक प्रवृत्ति का निदान विशेष सावधानी और संवेदनशीलता की माँग करता है। आदिवासी क्षेत्रों में निदान के लिए निम्नलिखित पहलुओं पर ध्यान देना आवश्यक है

• **मनोवैज्ञानिक साक्षात्कारः**

किशोर से सहानुभूतिपूर्ण और विश्वासपूर्ण संवाद।

• **व्यवहारिक अवलोकनः**

विद्यालय, परिवार और समुदाय में उसके व्यवहार का अध्ययन।

• **मानकीकृत मानसिक स्वास्थ्य परीक्षणः**

अवसाद, चिंता और आत्महत्या जोखिम के परीक्षण।

उपचार एवं हस्तक्षेप

आदिवासी किशोरों में आत्महत्यात्मक प्रवृत्ति का उपचार बहुआयामी होना चाहिए

(क) मनोपरामर्श एवं मनोचिकित्साः

• व्यक्तिगत और समूह परामर्श

• संज्ञानात्मक–व्यवहारात्मक चिकित्सा

• भावनात्मक अभिव्यक्ति को प्रोत्साहन

(ख) परिवार–आधारित हस्तक्षेपः

• माता–पिता को मानसिक स्वास्थ्य के प्रति जागरूक करना

• परिवार में संवाद और सहयोग को बढ़ाना

(ग) विद्यालय–आधारित पहलः

• जीवन–कौशल शिक्षा

• परामर्श सेवाएँ

• शिक्षकों का प्रशिक्षण

(घ) समुदाय आधारित कार्यक्रमः

• सामुदायिक नेताओं की भागीदारी

• जागरूकता अभियान

• नशामुक्ति कार्यक्रम

(ङ) सरकारी एवं गैर–सरकारी प्रयासः

- मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं का विस्तार
- मोबाइल स्वास्थ्य इकाइयाँ
- किशोर कल्याण योजनाएँ

वर्ष 2024 के परिप्रेक्ष्य में आदिवासी क्षेत्रों के किशोरों में आत्महत्यात्मक प्रवृत्ति एक गंभीर और बहुआयामी समस्या है। इसके समाधान के लिए केवल चिकित्सकीय उपचार पर्याप्त नहीं है, बल्कि सामाजिक, शैक्षिक और सांस्कृतिक हस्तक्षेप भी आवश्यक हैं। समय पर लक्षणों की पहचान, संवेदनशील निदान और समग्र उपचार रणनीतियों के माध्यम से आदिवासी किशोरों को मानसिक रूप से सशक्त बनाया जा सकता है। परिवार, विद्यालय, समुदाय और सरकार के संयुक्त प्रयास ही आत्महत्यात्मक प्रवृत्तियों की रोकथाम का प्रभावी मार्ग प्रशस्त कर सकते हैं।

Conslusion : वर्ष 2024 के परिप्रेक्ष्य में आदिवासी क्षेत्रों के किशोरों में आत्महत्यात्मक प्रवृत्तियों का अध्ययन यह स्पष्ट रूप से दर्शाता है कि यह समस्या एकल कारण से उत्पन्न नहीं होती, बल्कि सामाजिक, आर्थिक, पारिवारिक, सांस्कृतिक और मनोवैज्ञानिक कारकों के जटिल समन्वय का परिणाम है। किशोरावस्था अपने आप में संवेदनशील विकासात्मक अवस्था है, जहाँ भावनात्मक अस्थिरता, पहचान निर्माण और भविष्य को लेकर अनिश्चितता स्वाभाविक होती है। आदिवासी क्षेत्रों में जब इन चुनौतियों के साथ गरीबी, शिक्षा और स्वास्थ्य सुविधाओं की कमी, नशाखोरी, पलायन तथा सांस्कृतिक संक्रमण जुड़ जाते हैं, तब आत्महत्यात्मक प्रवृत्तियों का जोखिम और अधिक बढ़ जाता है। अध्ययन से यह निष्कर्ष निकलता है कि आदिवासी किशोरों में आत्महत्यात्मक प्रवृत्ति के लक्षण भावनात्मक, व्यवहारिक और शारीरिक तीनों स्तरों पर प्रकट होते हैं। निरंतर उदासी, निराशा, आत्मसम्मान में कमी, सामाजिक अलगाव, पढ़ाई एवं दैनिक गतिविधियों में रुचि का अभाव, आक्रामकता या अत्यधिक चुप्पापन तथा मृत्यु से संबंधित विचार ऐसे महत्वपूर्ण संकेत हैं, जिन्हें सामान्य किशोरावस्था की समस्या मानकर अनदेखा नहीं किया जाना चाहिए। समय रहते इन लक्षणों की पहचान आत्महत्या की रोकथाम की दिशा में सबसे प्रभावी कदम सिद्ध हो सकती है। निदान के संदर्भ में यह स्पष्ट होता है कि आदिवासी क्षेत्रों में आत्महत्यात्मक प्रवृत्तियों का आकलन केवल मानकीकृत मनोवैज्ञानिक परीक्षणों तक सीमित नहीं होना चाहिए। प्रभावी निदान के लिए स्थानीय भाषा, सांस्कृतिक पृष्ठभूमि, पारिवारिक संरचना और सामुदायिक जीवन–शैली की समझ अत्यंत आवश्यक है। जब निदान प्रक्रिया में परिवार, विद्यालय और समुदाय को सहभागी बनाया जाता है, तब किशोर की मानसिक स्थिति को अधिक यथार्थ रूप में समझा जा सकता है और उपचार की दिशा भी अधिक सटीक बनती है। उपचार एवं हस्तक्षेप के स्तर पर यह अध्ययन इस निष्कर्ष पर पहुँचता है कि आत्महत्यात्मक प्रवृत्तियों का समाधान बहुआयामी होना चाहिए। मनोपरामर्श, संज्ञानात्मक–व्यवहारात्मक चिकित्सा, परिवार–आधारित सहयोग, विद्यालयीय जीवन–कौशल शिक्षा तथा समुदाय आधारित जागरूकता कार्यक्रम मिलकर ही प्रभावी परिणाम दे सकते हैं। इसके साथ–साथ आदिवासी समाज की पारंपरिक सहायता प्रणालियों, सामूहिकता की भावना और स्थानीय नेतृत्व को उपचार प्रक्रिया में शामिल करना आवश्यक है, ताकि किशोर स्वयं को अलग–थलग न समझें। समग्र रूप से यह निष्कर्ष निकाला जा सकता है कि वर्ष 2024 में आदिवासी क्षेत्रों के किशोरों में आत्महत्यात्मक प्रवृत्तियों की रोकथाम के लिए दीर्घकालिक, संवेदनशील और समन्वित रणनीति की आवश्यकता है। मानसिक स्वास्थ्य जागरूकता, शिक्षा और रोजगार के अवसरों का विस्तार, नशामुक्ति कार्यक्रम, प्रशिक्षित परामर्शदाताओं की उपलब्धता तथा सरकारी और गैर–सरकारी संस्थाओं के संयुक्त प्रयास इस दिशा में निर्णायक भूमिका निभा सकते हैं। जब आदिवासी किशोरों को सुरक्षित वातावरण, भावनात्मक समर्थन और आत्मसम्मान से युक्त जीवन मिलेगा, तभी वे आत्महत्यात्मक प्रवृत्तियों से मुक्त होकर एक स्वस्थ और सकारात्मक भविष्य की ओर अग्रसर हो सकेंगे।

References :

1 आई की ठाकोर (2014) डिजाइन और समापन) विश्वविद्यालय। ध्ययन आदते और दृष्टिकोण एक अनुराधान, सस्करण का पी.एच डी शोध प्रबन्ध, सुरत वीर नर्मदा दक्षिण गुजरात

2 इन्टरनेशनल जनरल ऑफ बायोमेडिकल एम. एडवास रिवर्स, खण्ड 3 संख्या 9 (2012) पी एन.714

3 कुमार, सुरेश (2018). आदिवासी अध्ययनः संस्कृति, समस्याएँ और समाधान. जयपुरः साहित्य संस्थान।

4 गुजरात आदिवासी विकास निगम (2019). युवा मानसिक स्वास्थ्य सर्वेक्षण।

5 चौहान, जी.एस. (2020). काउंसलिंग साइकोलॉजी. नई दिल्लीः पियरसन पब्लिशर्स।

6 जनजातीय कार्य मंत्रालय, भारत सरकार (2018). Tribal Development Report-

7 देसाई, एम. (2011). किशोर मानसिक स्वास्थ्य एवं व्यवहारिक संकट. मुंबईः टाटा इंस्टीट्यूट ऑफ सोशल साइंसेज।

8 नायर, आर. (2017). सुसाइड प्रिवेंशन एंड यूथ मेंटल हेल्थ. कोलकाताः ओरिएंट ब्लैकस्वान।

9 पटेल, एस. (2016). आदिवासी समाज और मानसिक स्वास्थ्य. नई दिल्लीः राजकमल प्रकाशन।

10 पी.डी. पाठक : शिक्षा मनोविज्ञान, पृ.सं. 119–120